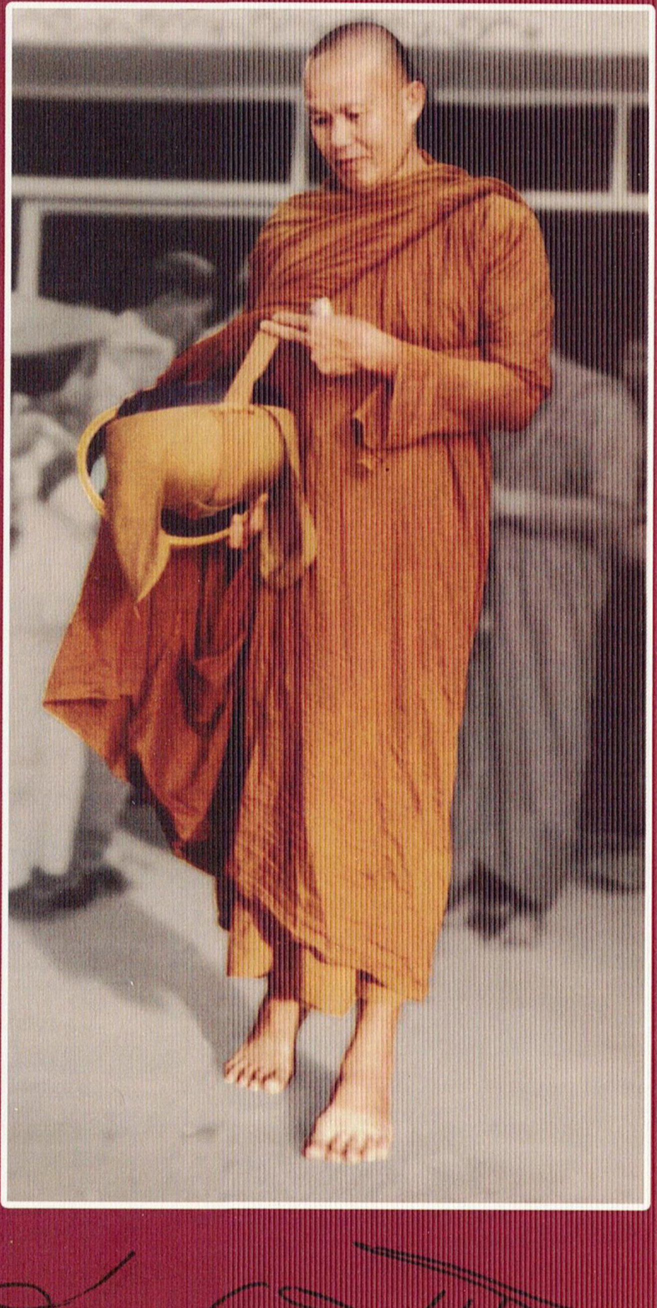
โกรธ...
แล้วไง?



ธรรมเทศนา หลวงพ่อทูล ขิปฺปปญฺโญ

ณ สวนมะม่วง จ.ขอนแก่น



ท่านอาจารย์ทูล ขิปฺปปญฺโญ



อัฐิธาตุของหลวงพ่อทูล ขิปฺปปญฺโญ

คำนำ

“หนทางยังมีอยู่ ผู้เดินทางยังไม่ขาดสาย ลงมือเสียแต่วันนี้ ก่อนที่กระแสลมแห่งกาลเวลา จะพัดพารอยพระบาทของพระพุทธองค์หายไป เพราะถึงเวลานั้น พวกเราต้องระหกระเหิน ไร้ทิศทางไปอีกนานแสนนาน”

หลวงพ่อทูล ขิปฺปปญฺโญ เป็นพระสุปฏิปันโนท่านหนึ่ง ที่ได้เดินทางตามรอยพระบาทจนถึงจุดเป้าหมายแล้ว ท่านได้พิสูจน์ และทำตัวอย่างที่ดีให้เราชาวพุทธได้เห็นแล้วว่า คำสอนของพระพุทธองค์ทำตามได้จริง และหลวงพ่อได้วางแผนที่การเดินทางนั้น ให้แก่ผู้ที่จะเดินตามไว้อย่างพร้อมมูล

หนังสือเล่มนี้เป็นธรรมเทศนาอันทรงคุณค่ายิ่งของหลวงพ่อทูล ที่ได้แสดงไว้ ณ สวนมะม่วง จ.ขอนแก่น ในวันที่ 5–7 พฤศจิกายน 2542 เป็นการอบรมนักปฏิบัติ ทั้งนักบวชและฆราวาสกว่าร้อยคน มีผู้ได้รับประโยชน์จากการอบรมครั้งนี้เกินความคาดหมาย คณะผู้จัดทำเห็นว่า หนังสือเล่มนี้ จะเป็นแผนที่ที่ดี มีข้อมูลพร้อมที่สุดเล่มหนึ่ง ที่จะพาให้นักปฏิบัติเดินทางถึงจุดหมายปลายทางได้อย่างปลอดภัยและง่ายดาย

ขอให้ผู้ที่อ่านหนังสือเล่มนี้แล้ว จงมีปัญญาเฉพาะตน มีดวงตาเห็นธรรม ด้วยกันทุกท่านเทอญ

โกรธ... แล้วไง?

ธรรมเทศนา โดย พระอาจารย์ทูล ขิปฺปปญฺโญ

ณ สวนมะม่วง จ.ขอนแก่น 5 พ.ย.42

5 พ.ค.42 เช้า เปิดการอบรม

หลายคนพูดกันว่า ทำไมหลวงพ่อเน้นหนักปัญญามากกว่าสมาธิ ที่แห่งอื่นเขาปฏิบัติกัน สอนกัน เน้นหนักที่สมาธิ เหมือนกับว่าสิ่งที่หลวงพ่อกับผู้อื่นสอนแตกต่างกันโดยสิ้นเชิง เหมือนหน้ามือกับหลังมือ ที่อื่นเน้นหนักสมาธิ แต่หลวงพ่อเน้นหนักปัญญา ทีนี้การเน้นหนักทั้งสองอย่าง อย่างไหนจะมีคุณค่ามากกว่ากัน มีเหตุผลที่ฟังได้ เราต้องสังเกตดู วันนี้หลวงพ่อจะอธิบายคำว่า ปัญญาให้ฟัง เดี๋ยวนี้ทุกคนเข้าใจว่า ปัญญาเกิดจากสมาธิ มีหนังสือออกมามากมายว่าปัญญาเกิดจากสมาธิ แต่หลวงพ่อปฏิเสธว่า ปัญญาไม่ได้เกิดจากสมาธิ

หากใครบอกว่า ปัญญาเกิดจากสมาธิ หลวงพ่อขอถามว่า เกิดอย่างไร มีใครที่ปัญญาเกิดจากสมาธิ เป็นบุคคลตัวจริงบ้าง ใครเป็นคนเกิด ใครเป็นตัวอย่าง พยานหลักฐาน ขอตัวคนนั้นมาพูดที ว่าใครพูดผิดพูดถูก หากมีใครมาถามหลวงพ่อว่า ปัญญาไม่ได้เกิดจากสมาธิ แล้วเกิดจากอะไร

ปัญญาไม่ได้เกิดจากสมาธิ เพราะปัญญาของคนมีอยู่แล้ว เป็นสัญชาติญาณของคน ทุกคนมีปัญญาประจำตัว ธรรมชาติเป็นอย่างนี้ ไม่ได้ขอจากใคร ไม่ได้เกิดจากใคร เหมือนกับผลไม้พันธ์ไหนฝาด ก็ฝาดมาตั้งแต่เริ่มต้นนั่นแหละ ฝาดมาก่อน เนื้อหวานทีหลังได้ ปัญญาของคนก็เหมือนกัน มีมาแต่เริ่มต้น แต่ปัญญาละเอียดสูงสุดจะมีตามมาทีหลัง ขึ้นอยู่กับการฝึกฝนอบรม

ที่หลวงพ่ออบรมสั่งสอนเต็มไปด้วยเหตุผล ใครจะคัดค้านให้มาคัดค้านกันซึ่งๆ หน้า อย่าพูดลับหลัง ตรงไหนที่พูดผิด ผิดตรงไหน จะผิดก็ผิดไปจากตำรานั่นแหละ ตำราทั้งหมดที่มีอยู่ เราก็อ่านแล้ว แต่มันเป็นไปไม่ได้ที่ปัญญาจะเกิดจากสมาธิ หลวงพ่ออาศัยเหตุผลจากสมัยครั้งพุทธกาล เดี๋ยวนี้เราปฏิบัติตามใคร ทุกคนบอกว่าปฏิบัติตามพระพุทธเจ้า แต่ทำไมพูดว่า ปัญญาเกิดจากสมาธิ คำนี้พระพุทธเจ้าสอนใครที่ไหน หาหลักฐานมาสิ ในสมัยครั้งพุทธกาลใครเป็นหลักฐานยืนยัน ไม่มี ในตำราสมัยครั้งพุทธกาล ผู้เป็นพระอริยเจ้าตั้งแต่โสดาบันขึ้นไป ไม่มีใครที่ปัญญาเกิดจากสมาธิเลย

ตัวอย่างพระพุทธเจ้าที่สอนพุทธบริษัททั้งหลาย พระองค์ไม่ได้สอนสมาธิก่อนปัญญา พระองค์สอนปัญญาก่อนสมาธิทั้งนั้น แม้คำ

สอนของพระพุทธเจ้าก็วางรากฐานอยู่ คือ ปัญญามาก่อนสมาธิ ปัญญามาก่อนศีล คือ มรรค 8 ปัญญามาก่อน การสอนปัญญา สอนอย่างไร คือ สอนให้คนรู้จักใช้ความคิดของตนเอง ใช้ปัญญาของตนเอง ทั้งที่ปัญญาของคนมีอยู่แล้ว แต่ไม่ได้อบรมสั่งสอน เป็นปัญญาดิบๆ ขั้นพื้นฐาน เรียกว่า ปัญญาขั้นโลกียะ เรานำมาฝึกอบรมให้ปัญญาตัวนี้เด่นขึ้น ฉลาดขึ้น เราคิดไปในทางโลกทางสงสารมากมาย ปัญญาตัวนี้คิดดีก็ได้ คิดไม่ดีก็ได้ คิดถูกก็ได้ คิดผิดก็ได้ แต่ปัญญานี้จะนำมาคิดให้ถูกอย่างเดียว ไม่ให้ผิดทำอย่างไร ปัญญาตัวนี้มีความเห็นเป็นฐาน ถ้าความเห็นของคนเห็นอย่างไร แนวความคิดก็จะเป็นไปอย่างนั้น ถ้ามีความเห็นผิด แนวความคิดก็ผิด ปัญญาก็ผิด ถ้ามีความเห็นถูก แนวความคิดก็ถูก ปัญญาก็ถูก การฝึกปัญญาแนวความคิดนี้เอามาแก้ความเห็น

ธรรมดาความเห็นของเราเป็นไปนานาประการ เข้าใจผิดตามความเห็นของตนเอง หลักปัญญาคือแก้ไขความเห็น เอาความคิดมาแก้ความเห็น เอาเหตุผลมาเป็นตัวตัดสินว่าผิดหรือถูก นำเหตุไปหาผล เหตุอย่างนี้ถ้าทำตามอย่างนี้ ผลจะเป็นอย่างไร ถ้ามีความเห็นอย่างนี้ พูดออกไปอย่างนี้ ผลจะเป็นอย่างไร นี่คือการตามเหตุไปหาผล ถ้าผลออกมาอย่างนี้ เป็นสิ่งที่ไม่ดี แสดงว่าเป็นความเห็นไม่ดี ความเห็นผิด ต้องแก้ความเห็นใหม่ เปลี่ยนความเห็น เอาปัญญาคือความคิดของเรามาแก้ไขความเห็นของตนเอง นี่เป็นหลัก

ปัญญาคำเดียวนี้ มีอยู่ 3 ประเภท

1. สุตมยปัญญา 2.จินตามยปัญญา 3.ภาวนามยปัญญา

ปัญญาทั้งสามหลักนี้ต้องศึกษาให้เข้าใจ ทั้งหยาบ กลาง ละเอียด

สุตมยปัญญา คือ ปัญญาภาคการศึกษา ศึกษาเรื่องอะไรบ้าง หนึ่ง ศึกษาทางโลก สอง ศึกษาทางธรรม การศึกษาทางโลก ศึกษาตามบรรพบุรุษ ครูอาจารย์ ตำราต่างๆ เพื่อจะนำหลักการมาปฏิบัติไปตามโลก เพื่อให้เกิดความสุจริต ทำอย่างไร หาอยู่หากินทางสุจริตกุศลกรรม ทำไปแล้วเกิดประโยชน์

ปัญญาศึกษาในทางธรรมคืออะไร คือ ศึกษาในภาคปริยัติ ปริยัติทางโลก ปริยัติทางธรรม บางคนศึกษาแต่ปริยัติทางธรรมอย่างเดียว ไม่ศึกษาปริยัติทางโลก เวลาปฏิบัติต่อกันจึงไม่รู้เรื่อง เวลาพูดต่อกันจึงไม่รู้เรื่อง เกิดขัดใจกัน ขัดแย้งกัน ดุด่ากันนานาประการ เรียกว่าขาดการศึกษาปริยัติทางโลก

การศึกษาปริยัติทางโลก มีสองรูปแบบ หนึ่ง ศึกษาตามตำรา เรียกว่า ภาคทฤษฎี สอง การศึกษาภาคปฏิบัติทางโลก เขาทำอย่างไร เขาศึกษานิสัยซึ่งกันและกัน เพราะคนแต่ละคนเป็นตัวปริยัติอยู่ในตัว เราเป็นปริยัติให้เขา เขาเป็นปริยัติให้เรา เป็นปริยัติให้แก่กันและกัน ศึกษานิสัยใจคอแต่ละคน มีความประพฤติอย่างไร กิริยาทางกายวาจาเป็นอย่างไร ศึกษาความเป็นอยู่ของแต่ละคน เราจะไปอยู่กับคนกลุ่มนี้ก็ต้องศึกษาว่าคนกลุ่มนี้เขาต้องการอะไร มีนิสัยอย่างไร เราจะปรับตัวเข้าหาได้อย่างไร เพื่อให้อยู่ด้วยความสุขความสบาย การศึกษาอย่างนี้ เราต้องยอมเป็นคนโง่ไว้ก่อน ถ้าทำตัวเป็นคนฉลาดมากเกินไปจะลำบาก จะหาความจริงไม่ได้ ถ้าทำตัวใหญ่เกินไป จะศึกษากับหมู่ไม่ได้ ไปอวดฉลาดทางการทำการพูดแล้ว ไม่มีทางที่จะได้ความรู้จากคนอื่น

เขา ต้องยอมโง่เข้าไป นี่คือ ปริสัญญู ศึกษาเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

ทีนี้การศึกษาตนเองส่วนหนึ่ง คนอื่นอีกส่วนหนึ่ง ศึกษาทั้งสองฝ่าย เราศึกษาตนเองได้หรือยังว่า เรานิสัยอย่างไร พูดอย่างไร ทำอย่างไร ศึกษาเพื่อน ศึกษาตนเอง เพื่อให้ปรับยืดหยุ่นเข้าหากันได้ ศึกษาธรรมเพื่อให้เกิดความรักสามัคคีกัน ถ้าไม่ศึกษาทั้งสองฝ่ายจะเกิดปัญหาได้ ศึกษาตนเองพบว่า เรามีนิสัยเพ่งเล็งคนอื่นเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เคยมีหลายคนนักปฏิบัติ ไปที่ไหนก็เพ่งเล็งที่นั่น คนนั้นเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ แล้วนำมาติฉินนินทากันภายนอก นี่คือศึกษาภายนอกอย่างเดียว แล้วไม่ศึกษาตนเอง ถ้าคนนั้นศึกษาตนเองได้ จะรู้ตนเองว่า ทำไมเรามีนิสัยเพ่งเล็งคนอื่น การศึกษาตนเองว่าเรามีนิสัยด่าคนนั้น ว่าคนนี้ ติฉินนินทาคนนี้ ทำไมไม่ว่าเราคนเดียวว่าเรามีนิสัยอย่างนี้ เราต้องแก้ไขนิสัยนี้ ให้เกิดความเห็นชอบเรามีนิสัยอย่างนี้ต้องแก้ไขตนเอง

ส่วนมากนักปฏิบัติจะมองข้ามจุดนี้ มองคนอื่นว่านิสัยไม่ดีอย่างนี้ แต่ตนเองมีนิสัยไม่ดีเพ่งเล็งคนอื่นทำไมไม่พูด ไม่คิดไม่คำนึง นี่ไม่ใช่นักปฏิบัติเลย การอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มต้องให้เกิดความรักกัน มีความเห็นตรงกัน ถ้ามีความเห็นไม่ตรงกัน ปีนเกลียวกัน จะลำบากที่จะให้เกิดความรักความสามัคคี นี่คือให้ศึกษาธรรมะด้วยปัญญาทางโลกที่เรามีนี่แหละ คนเราทุกคนต้องการอยากดี อยากให้ผู้อื่นรักเรา สงสารเรา การทำตัวให้ผู้อื่นรักเรา ต้องปฏิบัติอย่างไร พูดอย่างไร การพูดของเรานั้นได้เลือกคัดจัดสรรคำพูดหรือยัง หรือพูดตามใจชอบ หรือทำตามที่อยากจะทำ

ส่วนมากนักปฏิบัติจะพูดไม่คิดหน้าคิดหลัง ไม่คำนึงถึงเหตุถึงผลที่จะตามมา นี่ไม่ใช่นักปฏิบัติ นี่คือคนพาล พูดแต่ละคำแต่ละประโยคต้องเลือกคัดจัดสรรคำพูด ให้คนรักเรา ให้มีความสามัคคีต่อกัน

นี่คือปฏิบัติต่อคำพูดของตนเอง ยังปฏิบัติไม่ได้ ไฉนจะไปปฏิบัติทางใจได้ ส่วนมากเรามองข้ามไปมหาศาล ไปนั่งภาวนาที่นั่นที่นี่ ไม่ได้พูดกัน ต่างคนต่างนั่ง ต่างคนต่างหายใจนึกคำบริกรรมก็ดีอยู่ แต่เมื่อออกจากที่ภาวนากลับมาพูดกันสะเปะสะปะ ติฉินนินทาคนนั้นกล่าวร้ายคนนี้ เหมือนกับไปปฏิบัติแต่ละแห่ง ไปหาความไม่ดีมาพูดกับคนอื่นเขา มาทำให้เกิดความแตกร้าวไม่สามัคคี มาอ้างตนเองว่าปฏิบัติมาหลายปี มองข้ามการกระทำ คำพูด ของตนเอง ปฏิบัติเอาแต่ใจอย่างเดียว คือใจอย่างเดียวมันทำอะไรไม่ได้ ต้องรักษาทางกายวาจาไว้ก่อน เรียกว่า การปฏิบัติธรรมต้องเริ่มจากกายวาจา เพราะกายวาจาเป็นสื่อสังคมทั่วโลก เขามองคนปฏิบัติธรรมเขาไม่มองถึงใจหรอก เขามองแค่กายวาจาก็รู้ว่า คนนั้นปฏิบัติธรรมถึงไหน มีธรรมหรือไม่มี เขาดูตรงนี้ หากมีความเรียบร้อย เขาก็ตัดสินได้ว่าคนนั้นมีธรรมประจำใจแล้ว

หากพูดว่า ตนเองได้ปฏิบัติธรรมมาเท่านี้ปี หรือรู้ธรรมะหมวดนั้นหมวดนี้ก็ดี แต่กายวาจาไม่มีทางปฏิบัติได้เลย แต่ไปออกตัวว่าตนเองปฏิบัติได้ นี่คือการโกหกตนเองด้วย โกหกผู้อื่นด้วย การปฏิบัติธรรมด้วยกายง่ายๆ นี่ทำได้ไหม การปฏิบัติด้วยวาจาง่ายๆ นี่ทำได้ไหม นี่คือจุดสำคัญที่เราต้องคิดพิจารณา นี่คือการศึกษาธรรมจากตนเอง

และคนอื่นฝ่ายโลกียะ นี่เอาคร่าวๆ ไว้ก่อน

ส่วนการปฏิบัติที่เป็นหมวดธรรมจริงๆ หมายถึงอะไร หมายถึงหมวดธรรมที่นำไปสู่ความสุขความเจริญ เข้าสู่มรรค ผล นิพพาน ผู้ที่จะปฏิบัติธรรมเข้ากระแสสู่มรรค ผล นิพพาน ต้องปฏิบัติในใจ เอาใจเป็นหลักยืนหยัดเต็มที่ ส่วนกายวาจาเป็นส่วนหนึ่งกับสังคม การปฏิบัติธรรมระดับสูงเอาใจเป็นตัวตั้ง ส่วนใจตัวนี้พยายามตัดกำลังของใจได้ไหม ใจเราอยู่ที่ไหน อยู่ที่ความรู้สึกของใจ ใจที่เป็นไปอยู่ทุกวันนี้กิเลสตัณหาหนุนใจให้เป็นไป กำลังของใจออกมาทางกายวาจา ฉะนั้นต้องตัดกำลังของใจคือปฏิบัติทางกายวาจา กายวาจาเป็นสื่อของกิเลสตัณหาที่แสดงออกมา ถึงใจจะมีอยู่ก็ตาม แต่กำลังกายวาจาต้องตัดไว้ ควบคุมไว้

เหมือนสุนัขที่กัดคนเก่ง เรารู้ว่าหากปล่อยออกจากบ้านไปเมื่อไร หลุดออกไปเมื่อไร ก็จะไปกัดคนนั้น เห่าคนนี้ จึงต้องพยายามปิดประตูเสีย อย่าให้ออกจากบ้านไป ผูกโซ่ไว้ อย่าให้หมาไปกัดใคร เราจะได้ไม่เสียเงินเสียทองเดือดร้อน นี้ฉันใด ถึงใจเราอยากจะนึกอยากจะพูด ซึ่งจะทำให้คนอื่นเกิดความเสียหาย เราก็จะอดทนไว้ ไม่พูด ให้มันเน่าคนเดียว อย่าเอาคำพูดไปทิ่มแทงคนนั้น ด่าคนนี้ นี้ไม่ใช่นักปฏิบัติธรรม หรือ ทางกายก็เช่นกัน จะไม่ไปตีคนนั้นหรือเหลือกตาใส่คนนี้ สิ่งที่ไม่ดีเราจะไม่ให้ออกมาทางกายวาจา ปิดช่องกิเลสให้อยู่แล้วเราต้องมาสอนใจตนเองอันดับหนึ่ง นักปฏิบัติต้องดีขึ้นให้ได้ควบคุมทั้งกาย วาจา ใจ นี่คือปัญญาศึกษา

ส่วนมากเราจะไปศึกษาเอาแต่พระนิพพานอย่างเดียว มันไม่ใช่

อย่างนั้น ต้องค่อยเป็นค่อยไป เริ่มจากพื้นฐานปฏิบัติง่ายๆ นี้ก่อน ให้ศึกษาตนเอง เราเป็นตัวปัญหาใหญ่ เราสร้างปัญหาให้แก่ตัวเอง ใจเป็นตัวสร้างขึ้นมา ต้องบังคับให้อยู่ ปัญญาเป็นตัวบังคับได้ เป็นแนวความคิดของตนเองทั้งหมด หมายถึง ปัญญาขั้นโลกียะ แนวความคิดนี้ ทำไมเวลาสร้างปัญหาให้แก่ตนเอง ทำไมขยันสร้างนักหนา สิ่งที่ไม่เป็นธรรมกลับไปขยันสร้างความคิดให้เกิดปัญหาขึ้นกับตนเองได้ เมื่อแนวความคิดสร้างปัญหาให้กับตนเองได้ ก็จะสร้างปัญหาให้กับคนอื่นเช่นเดียวกัน

ฉะนั้น แนวความคิดจึงเป็นปัญหาใหญ่ สร้างปัญหาให้กับตนเองและผู้อื่น แนวความคิดที่จะแก้ปัญหาให้กับตนเองทำไมไม่อยากแก้ ไม่สร้างขึ้นมา ขยันสร้างปัญหาแต่ไม่ขยันแก้ นักปฏิบัติส่วนมากมองข้ามพื้นฐานไป จะไปเอามรรคผลนิพพาน มันทำไม่ได้ หรือทำได้ก็ไม่ใช่ขั้นสูงสุด แล้วก็ล้มลง ทรุดตัว ฐานไม่ดี

อะไรก็ตาม หากพื้นฐานไม่ดี ก็ทรุดตัวลงได้ง่าย ฐานของบ้านไม่ดีก็จะทรุดตัวลง ถึงก่อขึ้นใหม่ก็ทรุดอีก เพราะฐานไม่แน่น นี้ฉันใด ทางกายวาจาถึงจะทำให้ดีอย่างไร แต่ใจไม่หนักแน่นพอก็จะทำอะไรไม่ได้ หนักแน่นหมายถึงอะไร สมาธินั่นเอง คำว่าสมาธิตัวเดียว คนไม่เข้าใจ เดี๋ยวนี้เข้าใจแต่ความสงบ คำว่าสงบก็ไม่รู้ พยายามทำกันไป ถึงพยายามทำก็ทำไม่ได้ เพราะขั้นตอนของสมาธิเราไม่เข้าใจ ทำไม่ถูกหลักเกณฑ์ ทำไมกระโดดโลดเต้นไปหาสมาธิความสงบ ไม่ใช่ทำได้ง่ายๆ นะ ต้องเริ่มจากฐานของสมาธิความสงบก่อน คือ สมาธิตั้งใจมั่น ถ้าเราทำสมาธิความตั้งใจมั่นไม่ได้ อย่าไปหวังสมาธิความสงบเลย ทำ

ไม่ได้ ต้องฝึกทำสมาธความตั้งใจมั่นให้เป็น

คำว่าตั้งใจมั่น เป็นฐานของปัญญา และเป็นฐานของความสงบด้วย การตั้งใจมั่นทำได้สองอย่าง หนึ่ง การนึกคำบริกรรมก็ทำได้ สองการใช้ปัญญาพิจารณาจดจ่อก็ทำได้ นี่คือสมาธิตั้งใจมั่นมีเหตุอยู่สองประการ

หนึ่ง เกิดจากการนึกคำบริกรรม ให้เกิดความตั้งใจมั่น แต่ยังไม่ถึงความสงบ รู้ตัวอยู่ ระลึกได้อยู่ ตั้งใจมั่นนึกคำบริกรรม

สอง ตั้งใจมั่นในการใช้ปัญญา ตั้งใจมั่นในการคิด ความตั้งใจหมายถึงสมาธิ ความคิดหมายถึงปัญญา คำว่า ตั้งใจมั่นในการคิด คือสมาธิกับปัญญาอยู่จุดเดียวกัน ทำงานร่วมกัน แต่เราฝึกหรือยัง ยังไม่เคยฝึก เราไปแยกกันขาดตอน ปัญญาจะเกิดจากสมาธิความสงบ คำว่าสมาธิความสงบเราไม่เข้าใจ คิดว่าสมาธิความสงบจะทำให้เกิดปัญญา เมื่อเกิดปัญญาแล้ว ก็จะเอาปัญญาไปละกิเลสอาสวะให้หมดไปสิ้นไปจากใจ ทำไมพูดกันง่ายๆ อย่างนี้ มันทำไม่ได้ นักปฏิบัติก็ไปเข้าใจผิดอย่างนี้

ทำไมไม่ศึกษาประวัติครั้งพุทธกาลบ้าง หนังสือตำราในยุคปัจจุบันมีมากมหาศาล เราไม่เคยศึกษาประวัติพระอริยเจ้าครั้งพุทธกาลท่านปฏิบัติกันอย่างไร ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ที่เป็นพระอริยเจ้า ท่านปฏิบัติกันอย่างไร ทำไมไม่ดูไม่อ่าน เราบกพร่อง เราจึงทำไม่ถูก ทุกคนมีสิทธิเขียนได้หนังสือธรรมะแต่เพียงคิดขึ้นมาเฉยๆ แล้วก็มาหลอกกัน หลงกันอยู่จนทุกวันนี้ ทำสมาธิไปเถอะเมื่อจิตสงบแล้วปัญญาจะเกิดขึ้น หลอกกันร้อยเปอร์เซ็นต์ สิ่งที่เป็นไปไม่ได้ก็สอน

กันอยู่ทุกวันนี้

ปัญญาไม่ได้เกิดจากสมาธิ ตัวสมาธิที่เราทำเพียงเสริมปัญญาเท่านั้น เราขาดการศึกษา สมัยก่อนพุทธศาสนาเกิดขึ้นในโลก มีผู้ทำสมาธิอยู่มากมายมหาศาล แต่ละคนทำสมาธิเก่งกันทั้งนั้น ถึงขั้นรูปฌาน อรูปฌาน ชำนาญกว่าเราหลายร้อยพันเท่า มีดาบสฤาษีมากมายทำสมาธิได้ แต่ก็ไม่มีใครมีปัญญาเกิดจากสมาธิเลย เราอ่อนการศึกษา ถึงศึกษามาแล้วก็อ่อนปัญญาการครุ่นคิดเหตุผลที่เป็นตัวชี้ขาด นี้คือขาดปัญญาในการศึกษา

ยกตัวอย่าง สมัยพระพุทธเจ้าของเรา ก่อนตรัสรู้ได้ไปศึกษากับดาบสฤาษีอยู่สองท่าน ศึกษาอยู่ห้าปีกว่า พระองค์มีความชำนาญในการทำสมาธิทุกระดับขั้น ชำนาญทั้งนั้น ทำมาห้าปีกว่า แต่ปัญญาก็ไม่เกิดกับพระองค์แต่อย่างใด พระองค์สร้างบารมีมาทางปัญญาธิกะ แต่กลับไปทำสมาธิ จึงหมดสภาพ ปัญญาไม่เกิดขึ้นแต่อย่างใด การทำสมาธิความสงบมากเกินไปเป็นตัวปิดปัญญาร้อยเปอร์เซ็นเต็ม ปัญญาปิดฉากตายตัวทันที

ที่นี้คำว่า ทำสมาธิจิตสงบแล้วน้อมใจไปใช้ปัญญา ก็มีในตำรา แต่ทำได้ที่ไหน ทำไม่ได้ คำว่าจิตสงบนั้น เหมือนคนนอนหลับ ทำงานไม่ได้ มีความคิดแต่คิดไม่ได้เพราะหลับ จิตสงบมันลงลึกถึงฌานแล้วก็คิดไม่ได้ นี้ขัดคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่มาก ตามหลักความเป็นจริงแล้ว เมื่อจิตลงสู่ความสงบแล้วอย่าไปแตะต้อง ให้จิตสงบให้เต็มที่ เมื่อความอิ่มตัวพอตัวแล้วจะถอนตัวขึ้นมาเอง จึงน้อมใจสู่ปัญญาได้ ไม่ใช่จิตสงบจะน้อมใจใช้ปัญญา ทำไม่ได้เลย ต้องถอนออกมาก่อน

ออกมาที่ไหน ก็ออกมาที่ตั้งใจมั่น จึงตั้งใจคิด คิดทางโลกก็เป็นได้ คิดทางธรรมก็เป็นได้ ไม่ได้ผูกขาด คิดทุกสิ่งทุกอย่าง หน้าที่ของสมาธิเป็นกำลังส่ง กำลังหนุน

หากเราตั้งเข็มทิศไว้ถูก กำลังสมาธิก็หนุนไปถูกทาง ถ้าตั้งเข็มทิศไว้ผิด ก็หนุนผิด เหมือนกับสายธนู ส่งลูกธนู สายธนูก็มาจากโก่งธนูที่แข็งมีกำลัง เมื่อปล่อยไปดีดไปก็ผลักดันลูกธนูวิ่ง ถ้าสายธนูไม่มีกำลังลูกธนูก็ไม่ไปไหน ถ้าสายธนูมีกำลังก็จะส่งลูกธนูไปยังเป้าหมายได้ แต่อย่าลืมว่า ลูกธนูนั้นไปทางทิศไหน เหมือนลูกปืน ปลายปืนส่องไปทางไหน ลูกปืนก็ไปทางนั้น ปลายปืนส่องไปทางหมา ก็จะยิงถูกหมา กำลังของดินปืนในลูกปืนเป็นตัวส่งให้วิ่ง สมาธิก็เช่นกันเป็นตัวส่งเฉยๆ

สมมติว่า ถ้าคนนั้นมีความเห็นผิดอยู่ แล้วไปทำสมาธิ กำลังของสมาธิก็จะหนุนความเห็นผิดต่อไปเรื่อยๆ หนุนผิดทางได้ หนุนถูกทางได้ เป็นดาบสองคม การทำสมาธิจึงต้องศึกษา ถ้าไม่ศึกษาแล้วจะยุ่งยากในการปฏิบัติไม่ก้าวหน้าเลย ปัญญาจึงต้องนำสมาธิ นี่คือสมัยพุทธกาล แต่ยุคนี้เอาสมาธิมานำปัญญา จึงไม่ไปไหนเลย สมัยพุทธกาลเอาปัญญานำสมาธิจึงมีพระอริยเจ้ามากมาย เอาปัญญามาศึกษาวิธีทำสมาธิเสียก่อน ศึกษาให้เข้าใจก่อนจึงทำสมาธิทีหลัง นี้คือตัวปัญญา เพราะตัวสมาธิเป็นตัวปริยัติ เราไม่เข้าใจว่าปริยัติคืออะไรไม่รู้เรื่องเลย สมาธิจึงไม่ก้าวหน้า วนไปมาเหมือนพายเรืออยู่ในสระทำสมาธิร้อยวันพันวันก็วนอยู่ที่แห่งเดียว

ตัวที่จะทำให้ก้าวหน้าจริงๆ คือ ปัญญา การเดินทางของ

กระแสใจนั้นมืดบอด อวิชชา ไม่รู้ความจริง ธรรมะที่แท้จริงอยู่ที่ตัวเรา สิ่งภายนอกเป็นองค์ประกอบเฉยๆ หลักใหญ่อยู่ที่ตัวเรา ตัวเรายังไม่รู้ตัวเอง ใครจะมาแก้เรา เราต้องเตรียมอุปกรณ์การเดินทางให้พร้อม ค่ำคืนมืดต้องเตรียมไฟฉายให้ความสว่าง มืดจุดไหนก็ต้องนำไฟฉายส่องไปให้สว่าง ไฟฉายนำหน้า ไม่ใช่การเดินทางในที่มืด แต่เอาไฟฉายไว้ข้างหลัง ไม่ได้นะ ต้องนำหน้า ส่องไปข้างหน้า เดินไปข้างหน้าแต่เอาไฟฉายไปไว้ข้างหลัง ก็ผิดตำรานั่นแหละ ไฟฉายอยู่หน้า เดินตามแสงไฟไปเรื่อยๆ ตรงไหนทางคดโค้ง เป็นหลุมบ่อ เราจึงจะเห็น เดินตามความสว่าง เราจึงจะก้าวหน้าได้

นี้ฉันใด ปัญญาเป็นตัวนำของใจ ใจที่มืดบอดต้องนำปัญญาฉายทางไปก่อน คำว่า นัตถิ ปัญญา สมาอาภา แสงสว่างอื่นใดเสมอด้วยปัญญาไม่มี ต้องเอาปัญญาเบิกทางแล้วก้าวเดินตามไป คำว่าปัญญาเป็นตาของใจ ต้องสร้างตาของใจให้เกิดขึ้นก่อนจึงจะออกเดินได้ ถ้าปัญญาเป็นตาของใจได้แล้ว จะกำจัดอวิชชาความมืดบอดออกจากใจ การปฏิบัติธรรมต้องใช้ปัญญานำหน้า จึงจะก้าวได้อย่างถูกต้อง

การเดินทางไม่ว่าไปที่ไหน ถ้าเดินทางด้วยความมืดรับรองได้ว่าหลงก็แล้วกัน เข้าป่าลงทะเลฝ่าดงหนามมีอันตรายรอบด้าน แต่ถ้ามีไฟฉายเป็นแสงสว่างในการเดินทาง เราจะรู้จักว่าอะไรเป็นอะไร นี่คือปัญญานำหน้า ปัญญาไม่ได้เกิดจากสมาธิ ปัญญาเป็นตัวของมันเองคือความคิดไตร่ตรองวิจัยวิเคราะห์ นี่คือหลักปัญญา ต้องรู้จักวิธีปฏิบัติเสียก่อน

นี่คือ โครงสร้างภาพรวมของการปฏิบัติ อันดับต่อไปจะแยกการ

ปฏิบัติอย่างไรบ้าง หมวดศีลจะศึกษาอย่างไร ปฏิบัติอย่างไร หมวดสมาธิจะศึกษาอย่างไร ปฏิบัติอย่างไร จะได้อธิบายต่อไป การศึกษาธรรมะไม่ใช่เอามาประดับคำพูดนะ เอามาปฏิบัติประดับใจ ส่วนมากเราศึกษาธรรมะมาประดับคำพูดเฉยๆ ไม่ได้ประดับใจ ใจจึงแห้งผาก พูดว่าธรรมะหมวดนั้นเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ รู้ทั้งหมด แต่รู้เฉยๆ แต่ใจไม่มีธรรมะ การปฏิบัติธรรมะเราต้องการธรรมะอยู่ที่ใจ ถ้าใจมีธรรมะจะกำจัดสิ่งไม่ดีไม่งามออกจากใจได้ หากยังแสดงสิ่งไม่ดีไม่งามออกทางกายวาจาอยู่ แสดงว่าใจไม่มีธรรมะเลย ถ้าใจมีธรรมะแล้วสิ่งไม่ดีทางกายวาจาจะไม่เกิดขึ้น เพราะอำนาจของธรรมะจะทำให้กิเลสทำอะไรไม่ได้เลย หากกิริยาทางกายวาจายังแสดงโอหังใหญ่โต แสดงว่าใจแห้งผากไม่มีธรรมะ ถึงจะพูดธรรมะออกมา เขาก็ไม่นับว่าคุณมีธรรมะ ธรรมะต้องอยู่ที่ใจ โดยมีกายวาจาเป็นองค์ประกอบ หากกายวาจามีความเรียบร้อย เขาก็มองว่าคุณมีธรรมะแล้ว ไม่จำเป็นต้องมีความรู้สูง เขาก็บอกว่าคุณมีธรรมะแล้ว นักปฏิบัติเขาดูกันตรงนี้

5 พ.ย.42 ค่ำ

ธรรม รู้จริงเห็นจริงตามหลักความเป็นจริง ในธรรมทั้งหลายก็ดู อย่างนี้แหละ ไม่มีไฟฟ้า ไม่มีการฟุ่มเฟือย อยู่อย่างเรียบง่าย คือเรามาปฏิบัติธรรมไม่ได้มาหวังฟุ่มเฟือยอะไร ที่อยู่อาศัยก็สมบูรณ์เต็มที่แล้ว มีเต้นท์ มีผ้าปูอย่างดี คำว่า นอน เอาหลับแค่นั้นพอ อย่าหวังอะไรเกินนั้น นอนดีแค่ไหน ก็แค่หลับเท่านั้นแหละ ตื่นมาก็เท่านั้นเอง มาอยู่ที่นี่ก็แค่หลับนั่นแหละ ตื่นมาก็ใช้ได้ ไม่หวังว่า ดีไม่ดี สวยไม่สวย รวยไม่รวย ไม่สำคัญหรอกเรื่องที่หลับที่นอน ครูบาอาจารย์ได้ธรรมมาก็ไม่ใช่จากไฟฟ้า พัดลม ห้องแอร์ อะไรหรอก ได้มาจากพื้นๆอย่างนี้เนี่ยแหละ

ตัวอย่างก็ หลวงพ่อทูล ที่กำลังนั่งพูดอยู่นี่ ก็ได้ธรรมะมาแจกสานุศิษย์ทั้งหลาย ก็มาจากเพิงไม้ไผ่ เพิงไม้ไผ่ แป้นปูก็ไม้ไผ่ แป้นแอ้มก็ไม้ไผ่ เอาหญ้ามุงหลังคา ผู้ปฏิบัติธรรมไม่หวังอะไรฟุ่มเฟือย อยู่ง่ายกินง่าย นอนง่าย ไปง่าย ไม่มีอะไรผูกพัน ไม่มีอะไรเป็นภาระ

หลักใหญ่ในการปฏิบัติธรรมคือ ปัญหา ปัญหานั้นมีทุกคน แต่บางคนน้อยมากต่างกัน ปัญหาส่วนหนึ่งเกิดเฉพาะตนเอง อีกอย่างหนึ่งเกิดเฉพาะตนเองยังไม่พอ แต่ได้เชื่อมโยงไปอย่างอื่นด้วย ไปสร้างปัญหาให้คนอื่นเดือดร้อนไปตามๆ กัน ตนเองมีปัญหาแต่รักษาตนเองไม่อยู่ ไปก่อกวนคนอื่น

ปัญหามีอะไรเป็นต้นเหตุของมัน เราต้องมาศึกษา คำว่า ศึกษาต้องมีปัญญาก่อนจึงจะศึกษาปัญหาตนเองได้ ถ้าปัญญาไม่มี จะไม่

สามารถศึกษาปัญหาของตนเองได้เลย ตัวปัญหาคือ อัตตา นั่นแหละ มีเครือญาติหลายสิ่งหลายอย่าง ที่ทำให้เกิดอัตตา เสริมอัตตาขึ้นมา แต่ส่วนมากคนจะไม่เข้าใจส่วนนี้ พอเกิดปัญหาขึ้นก็แก้ไม่ทัน แก้ไม่ได้ก็เป็นทุกข์เดือดร้อนขึ้นมา ก็ไปติว่าเป็นทุกข์เป็นภัยขึ้นมา มันเป็นผลซะแล้วแก้ไม่ทัน ต้องไปหาตัวปัญหาเดิม นั่นคือ ตัวเอง

การแก้ปัญหา ก็คือ การแก้อัตตาตนเอง อัตตาตนเองมีกี่ประเภท ตอบ มีมหาศาล หลายแง่หลายมุมที่จะพูดกัน อัตตา มานะ ทิฏฐิ เชื่อมโยงกัน แฝงกันมา ก็เลยไปกันใหญ่ ก็เลยเกิดความหลงขึ้นมา ที่เรียกว่า โมหะ ความหลง หลงอะไร หลงอัตตาตัวเอง หลงมานะตัวเอง หลงทิฏฐิตัวเอง หลงสามหลงนี้ก็เหลือเฟือแล้ว มีมากมหาศาลขยายออกไปอีก

อัตตา มานะ ทิฏฐิ สามตัวนี้ มีตัวหนึ่งเป็นหลักเป็นต้นเหตุจริงๆ ก็คือ มิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิด ตัวเดียวเท่านั้น ตัวมิจฉาตัวนี้ก่อให้เกิดอัตตาขึ้นมาได้ หลงอัตตาตัวเองได้ เกิดมานะตัวเองได้ หลงทิฏฐิตัวเองได้ ถ้ามีสามหลักใหญ่นี้ก็จะเชื่อมโยงไปกับกิเลสตัณหาปลีกย่อยเชื่อมโยงมหาศาล นี่คือตัวหลักใหญ่ของมัน

ทีนี้การแก้ปัญหา ถึงเราไม่สามารถจะรู้ได้ว่า มิจฉาทิฏฐิเป็นอย่างไร มันลึก มันละเอียด ให้เราดูอัตตาตัวเดียว เราตามทันมั้ย ก็ยากจะตามทัน เพราะอะไร ก็เพราะเราขาดสติปัญญา ไม่เข้าใจในตนเอง หลงตนเอง ไม่รู้ตนเอง นักปราชญ์ท่านพูดอยู่เสมอว่า การภาวนาปฏิบัตินั้นอย่าทิ้งตนเอง อย่าลืมตนเอง ให้ดูตนเอง นี่คือนักปราชญ์ท่านพูดบอกไว้ แต่เราก็ไม่มองจุดนี้ ทำไมไม่มอง ก็เพราะ

ไม่มีตา คือ ไม่มีตาใน ตาในหมายถึงตาปัญญานั่นเอง จึงไม่รู้เรื่องมองหน้าไม่ถึงหลัง ตนเองเป็นผู้สร้างปัญหา แต่ก็แก้ปัญหาตนเองไม่ได้ ตนเองหลงอยู่ในอัตตา แต่ก็แก้ความหลงของตนเองไม่ได้

คำว่า โมหะนี้ ขั้นหยาบก็มี ขั้นกลางก็มี ขั้นละเอียดก็มี จะขอพูดเฉพาะขั้นหยาบก่อน ทุกขั้นตอนก็ต้องเริ่มจากขั้นหยาบก่อน ถ้าผ่านขั้นหยาบนี้ไม่ได้ ก็ยากที่จะแก้ปัญหาส่วนหยาบส่วนละเอียดอื่นๆ

มานะตัวเดียวนี่ มีอะไรเป็นฐานของมัน หนึ่ง มีฐานะดี นี่อัตตาก็จะสูงขึ้นมา อัตตาสูงขึ้นมาก็ลืมตัวเองได้ นี่คือฐานะดีเพียงอย่างเดียว หรือมีความรู้ดี ก็จะทำให้อัตตาฟูขึ้นมา เกิดหลงตัวเองได้ว่า เรารู้ดีกว่าเขา ภาคการศึกษาทางโลก จบโน้นมา นี้มา ก็หลงความรู้ของตนเองที่เรียนมา ทางธรรมก็เช่นกัน หลงในอัตตาตนเองว่า เรามีความรู้ดีธรรมะหมวดนั้นก็รู้ ธรรมะหมวดนี้ก็รู้ ก็เลยหลงความรู้ตนเอง หลงแล้วก็เกิดมานะถือตนถือตัวขึ้นมา เกิดเป็นมิจฉาขึ้น ไม่เป็นธรรมแล้ว มันเป็นไปทางโลกมากเกินไป

เฉพาะเรื่องการศึกษาธรรมปฏิบัติ เมื่อศึกษาแล้วรู้แล้ว อย่าไปหลงความรู้ที่เรารู้มา เพราะความรู้ทั้งหมดนั่น เรายืมเขามารู้เฉยๆ ยืมจากครูบาอาจารย์มารู้ ยืมจากตำรามารู้ เรียกว่า หลักการภาคทฤษฎี รู้เพียงอย่างเดียวจะแก้ปัญหาอะไรไม่ได้เลย เพราะปัญญาไม่มี คนรู้จริงตามปริยัติ แต่ไม่มีปัญญาจะนำมาใช้งานได้ จึงเกิดเป็นอัตตาขึ้นมาบังคับตนเองไม่ได้เลย ความรู้อย่างเดียวนี่แหละเกิดปัญหาอย่างใหญ่

ยกตัวอย่าง พระโปฐิละมีการศึกษามาก รู้ธรรมะมาก ไม่ว่าคำบาลีหรือคำแปล รู้หมด เป็นนักเทศน์ด้วย ไปที่ไหนก็มีคนยกย่องว่า

เทศน์เก่ง เทศน์ดี มีความรู้สูง ถ้าเราได้ศึกษาประวัติของพระโปฐิละแล้ว ท่านผู้นี้มีอัตตาสูง มีมานะสูง มีทิฏฐิสูง ไม่ลงรอยกับใคร ไม่ก้มหัวให้ใคร ถือว่าเราโดดเด่นอยู่คนเดียว ประวัติเป็นเรื่องยาว แต่ผลสุดท้ายพระพุทธเจ้า ดุให้สะดุ้ง ให้รู้ตัว นั่นแหละ โปฐิละแปลว่า ผู้แบกคัมภีร์เปล่านั่นเอง ไม่มีอะไรภายใน มีแต่คำพูด ปัญหาส่วนตัวต่างๆ แก้ไม่ได้เลย นี่คือตัวปัญหาคือความรู้ตัวนี้ มันเป็นดาบสองคมได้

ยกตัวอย่างเช่นว่า ในสมัยครั้งพุทธกาล ผู้ที่ท่านเป็นพระอริยเจ้าส่วนใหญ่ในครั้งนั้น เขาไม่ได้อ่านคาถาบาลี ตำราต่างๆ ก็ไม่มี เทปก็ไม่มี เพียงแต่ฟังธรรมะจากปากต่อหู จากหูต่อปากเท่านั้นเอง พอจำได้แล้วก็นำไปปฏิบัติ การปฏิบัติก็คือใช้ปัญญาของเขาปฏิบัตินั่นเอง หลายคนผู้เป็นพระอริยเจ้าในครั้งพุทธกาลนั้น จะไปถามเขาได้ไหมว่าศีลห้ารู้จักไหม เขาก็ไม่รู้ ส่วนใหญ่ไม่รู้ เพราะเขาไม่ได้ศึกษาศีลห้าเขาจะรู้ได้อย่างไร จะไปถามเรื่องสมาธิความสงบ เขาไม่รู้ เพราะเขาไม่ได้ศึกษาสมาธิเอาไว้ แต่ที่เขาปฏิบัติเป็นศีลหรือไม่ เป็นศีล ทั้งที่ไม่รู้ก็เป็นศีล เพราะอะไร เพราะตัวธรรมเป็นตัวกำหนดให้เกิดศีลได้

การทำสมาธิเขารู้จักไหม เขาก็ไม่รู้อีก แต่เขาทำสมาธิได้ เช่นว่า เขาฟังพระพุทธเจ้าเทศน์ก็ดี พระอริยเจ้าเทศน์ก็ดี เขาตั้งใจฟัง การตั้งใจฟังนี้แลเรียกว่า สมาธิ ความตั้งมั่น ความตั้งใจ นี่คือสมาธิตั้งแล้ว สมาธิอย่างนี้ไม่ต้องนึกคำบริกรรม เพียงตั้งใจรับฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าก็เป็นสมาธิขึ้นมา พอรับฟังไปแล้ว ผู้ที่มีสติปัญญาฉลาดมาก ก็ใคร่ครวญตรึกตรองตามเหตุและผลในคำสอนของพระพุทธเจ้าให้รู้จริงเห็นจริงตามนั้น เขาก็ได้เป็นพระอริยเจ้านั่นเอง บางคนกำลัง

ยืนอยู่ก็มี นี่คือเขาเป็นพระอริยเจ้าในครั้งพุทธกาลได้ง่ายๆ

ถ้าเราศึกษาประวัติพระพุทธเจ้าในครั้งพุทธกาลแล้วเป็นเรื่องง่าย แต่เราสมัยนี้มันยากเพราะอะไร เพราะหลงรูปแบบมากเกินไป คือ รู้มากเกินไป เกิดความสับสน เกิดความลังเลสงสัย คือจับประเด็นธรรมะไม่ถูก ไม่ตรงประเด็นกับตนเอง จึงทำอะไรไม่ได้ ความรู้ต่างๆ ที่พระโปฐิละพูดมา นำไปละตัณหา ละกิเลส ละอัตตาได้ไหม ละไม่ได้ มีแต่พอกพูนอัตตาอย่างเดียว อีกทั้งเกิดมานะทิฏฐิขึ้นมาด้วย

มันมีมากมายกว่านี้ สิ่งที่เสริมให้เกิดมานะอัตตาขึ้นมา เหมือนกับคนที่กินยา ฉลากยาทั้งหมดอ่านทุกฉลาก ยาแก้ปวดหัว ยาแก้มะเร็ง แก้โรคต่างๆ อ่านหมด รู้หมด ยาแต่ละขนาน รู้ทุกชนิด แต่ก็มองอ่านฉลากยาอยู่นั่นแหละ ตัวเองไม่เคยกินยาแม้แต่เม็ดเดียว นี่คืออ่านไม่วาง อ่านไม่ปล่อย หาเวลากินยาไม่ได้ ถ้าเป็นอย่างนั้นจะหายได้ไหม หายไม่ได้ เพราะมัวเมาอ่านฉลากยามากเกินไป

ถ้าคนมีความฉลาด อ่านครั้งเดียวก็พอแล้ว ยาประเภทนี้ กินอย่างนี้ กินสองเวลา สามเวลา ก็รู้แล้ว ก็วางฉลากได้ แล้วกินยาเลย ก็จะหายวันหายคืน หรือจะกินยาประเภทเดียวกันในวันต่อไป ก็ไม่จำเป็นต้องอ่านฉลากอีก เพราะรู้แล้วนี่ ยาอย่างเดียวกัน อ่านหลายรอบทำไม รอบเดียวพอ จำได้ว่า กินยังไง ธรรมะก็เหมือนกัน เราศึกษาธรรมะมา เพื่อปฏิบัติ ไม่ใช่เอามาท่อง เอามาบ่น ถ้านำมาปฏิบัติแล้วผลของการปฏิบัติเกิดขึ้นอย่างไร แล้วจึงนำผลของการปฏิบัตินั้นๆ มาคุยกัน

เราจะนำธรรมะไปปฏิบัติได้อย่างไร ก่อนจะนำธรรมะไปปฏิบัติ

ได้ เราต้องศึกษาปัญหาก่อน ปัญหาตัวเองมีอะไรบ้าง เราหลงอะไรบ้าง หลงอัตตา หลงมานะ หลงทิฏฐิตนเอง หลงอย่างไร ให้เรามาศึกษาตนเอง แต่ถ้าคนปัญญาไม่มีแล้วละก็ ไม่มีสิทธิ์จะรู้ตนเองได้เลย ก็หลงตัวต่อไป ลืมตัวต่อไป นี่คือต้องฝึกปัญญาขึ้นมาศึกษาตนเอง

ทีนี้ปัญหาตนเองที่มีอยู่แล้ว เมื่อมันออกมาภายนอก เป็นกิริยาการกระทำการพูด มันไปสร้างปัญหาให้กับคนอื่น คิดอะไรกับคนอื่นพูดอะไรกับคนอื่น มันต้องรู้จักปัญหาของตนเอง นี่คือธรรมะหยาบๆ คืออัตตาหยาบๆ อัตตาที่ไปก่อกวนเพื่อนฝูงชาวเมืองเขา ให้คนอิจฉาตาร้อนก็ดี เกลียดชังกันก็ดี นี่คือตัวอัตตาเป็นเหตุ

สมมติว่าเราเห็นคนหนึ่งที่ไม่เคยเป็นนักปฏิบัติมาก่อน ไปที่ไหนไม่มีใครชอบ เพื่อนฝูงไม่ค่อยจะมี ถ้าเป็นอย่างนี้ก็จะสังเกตได้ว่าเป็นเพราะอะไร เป็นเพราะมีอัตตาสูง คนมีอัตตาสูง การพูดก็ดี การทำก็ดีจะไม่คิดว่า การพูดนี้ถูกไหม ผิดไหม ได้แต่พูดตามใจที่อยากจะพูด ทำตามใจที่อยากจะทำ คนไม่มีความคิดไม่มีปัญญา มันเป็นอย่างนั้น ถือว่าตนเองชนะคนอื่นได้ ถือว่าตนเองดี ก็จริงอยู่ อาจดีทางโลก แต่แพ้อะไร แพ้ปัญหาตนเอง เอาชนะคนอื่นด้วยการทำการพูดก็ดี เอาชนะได้แต่แพ้ตนเอง น่าเกลียดมาก

ทีนี้ เราจะปฏิบัติอย่างไร ก็ต้องศึกษาปัญหาที่เกิดขึ้นกับสังคมโลกนี้ คือ อัตตาเป็นใหญ่ ก่อกวนให้หมู่คณะแตกความสามัคคีกัน เกิดความแตกแยกกัน เกิดความอิจฉาตาร้อน หาความรักกันไม่ได้ หาความสงสารกันไม่ได้ ก็เพราะอัตตานี้แหละเป็นต้นเหตุ

หากเราจะพิจารณาอัตตาลึกๆ ขั้นสูง อันนั้นเอาไว้ก่อน เรา

พิจารณาแก้ไขปัญหาหยาบๆ อัตตาอย่างหยาบ เอาง่ายๆ ก่อน ไม่ใช่จะปฏิบัติเอาบรรลุมรรคผลนิพพานขณะนี้ มันไม่ถึงขนาดนั้น มันมีสิ่งที่เราต้องแก้ไขคืออัตตาตัวนี้

เหมือนกันกับผู้จะโค่นต้นไม้ ต้นไม้นั้นมีเครือเถาวัลย์รัดรึงอยู่เต็มไปหมด เครือใหญ่เครือเล็กคลุมเต็มไปหมด เราจะตัดต้นไม้ให้โค่นลงตามจุดที่เราต้องการไม่ได้ เพราะมันดึงหน้าดึงหลังกันอยู่ ต้องตัดเครือนั้น เถานี้ ออกให้หมดก่อน จึงจะล้มถูกเป้าหมายได้ เช่นเดียวกันการภาวนาปฏิบัติระดับสูง ก็ต้องมีปัญหาที่เราแก้กันอยู่ทุกวัน ที่เกิดความเป็นทุกข์ สับสนวุ่นวายในสังคม มีอะไรบ้าง ที่เราไม่สบายกายไม่สบายใจ มีอะไรบ้าง ก็ต้องแก้จุดนี้ให้ได้ก่อน เพื่อจะได้ไต่เต้าเป็นสะพานขึ้นไปสู่ธรรมะระดับสูงได้ ความเห็นผิดหยาบๆ ยังแก้ไม่ได้ไฉนจะไปแก้ความเห็นผิดอัตตาลึกๆ ได้ นี่คือต้องศึกษาตรงนี้ให้เข้าใจถ้าเราเข้าใจตรงนี้แล้ว วิธีการแก้จะไม่ยากเลย มีหลักการแก้ของมันอยู่เหมือนคนเป็นโรคหวัด ก็ต้องหายาแก้โรคหวัดมากิน หรือโรคร้ายแรงมากกว่านี้ก็ต้องหายาแรงมากกว่านี้ มารักษาโรคตัวเอง

นี่แหละ ธรรมะทั้งหลายที่จะนำมาแก้ปัญหาตัวเองนี้ ปัญหาภายในคือตัวอัตตา มานะ ทิฏฐิ นี้ มีกับพวกเราทุกคน เราจะแยกได้อย่างไร หลวงพ่อได้ศึกษากับหลวงปู่ขาว ท่านให้ธรรมหมวดสำคัญ แต่คนไม่เข้าใจว่าธรรมสำคัญคือหมวดอะไร คือ ให้ทำตัวเป็นผ้าขี้ริ้วผืนหนึ่ง ท่านสอนอยู่บ่อยๆ เรามาตีความหมายว่า ทำตัวเป็นผ้าขี้ริ้วได้อย่างไร

การฝึกตัวคือยอมคนเป็น ยอมคนซะ ถ้าเรายอมคนได้ ถือว่า

ชนะตัวเองได้ เราเป็นผู้ปฏิบัติ เราไม่หวังเอาชนะคนใดคนหนึ่ง แต่เราหวังเอาชนะกิเลสตัณหาตนเอง เอาชนะทิฏฐิมานะของตนเอง การฝึกแพ้คน เป็นตัวบังคับให้ทิฏฐิอ่อนตัวลงได้ ถ้าไปไหนมาไหนกูดีอย่างนั้นกูดีอย่างนี้ ซึ่งมีแต่จะเป็นตัวเสริมของมานะอัตตาเท่านั้น ไม่สมกับเป็นนักปฏิบัติ

ในการปฏิบัติคือปฏิบัติตัวเอง ในการกระทำ ความประพฤติทุกวันของตนเองเป็นอย่างไรบ้าง คือศึกษาทั้งหมดในสังคมโลกมนุษย์นี้เพื่อจะไต่เต้าไปยังธรรมะระดับสูง พยายามวางพื้นฐานให้หนักแน่นไว้ก่อน ให้มีความมั่นคงภายในใจไว้ก่อน สิ่งใดทำให้ใจเกิดความวุ่นวายปัญหาเป็นอย่างไรต้องพยายามแก้ในจุดนี้ให้ได้ เรามีทุกข์ต่างๆ กับสังคมภายนอกอย่างไร ก็ต้องแก้ในจุดนี้ให้ได้ นั่นคือแพ้คนเป็น ถ้าคนแพ้คนเป็นแล้ว จะไปไหนก็มีความคล่องตัว ไม่มีใครมาฆ่าตี มาดุด่าถึงดุด่าก็ไม่สนใจ เพราะเราถือว่าเราแพ้คนแล้ว

เหมือนกับสุนัข ถ้าหมาตัวไหนฉลาด เวลาไปไหน มันยอมแพ้หมาตัวอื่นเป็น หมาตัวอื่นก็จะไม่กัด กระดิกหางบ้าง อวัยวะบ้าง แต่ไม่กัด ก็รอดพ้นตัวไป ถ้าหมาตัวใดอวดฉลาด อวดเก่ง อวดดีขึ้นมา แยกเขี้ยวใส่ตัวนั้นบ้างตัวนี้บ้าง เขาจะฟัดทันที ทำให้เจ็บตัวไป ดังนั้น ผู้ปฏิบัติจึงต้องยอมแพ้คนซะ คนยอมแพ้คนได้ นั่นคือ เอาชนะตัวเองได้ฝึกตัวเป็นผ้าขี้ริ้วผืนหนึ่ง เราเกิดมาในยุคนี้ชาตินี้ เราไม่หวังอะไรกับโลกนี้ให้มากมาย ไม่หวังเอาชนะใคร แต่หวังเอาชนะกิเลสตัณหาอัตตาตัวเอง ต้องศึกษาตัวนี้ให้ได้ คนแพ้คน ใครจะมาฆ่าเรา เขาไม่ฆ่าหน้าที่เราคือปฏิบัติทำไปเรื่อยๆ หน้าที่เราทำดีต้องทำ การพูดดีต้องพูด

พูดเพื่ออะไร เพื่อให้อยู่ในสังคมและเป็นที่รักของคนอื่นได้ แต่เราไม่จำเป็นต้องให้คนอื่นรักหรอก เราไม่ได้ปรารถนาอย่างนั้น แต่เขาจะรักเราโดยปริยาย

นี่คือ อุบายหลบตัว รู้หลบเป็นปีก รู้หลีกเป็นหาง คำๆ นี้ ทุกคนเคยพูด แต่หลบเป็นไหม หลบปัญหาสังคมโลกนี้ หลบไม่ได้ ปีกไม่มี หางไม่มี เอาอะไรมาหลบ หลบไม่เป็นก็โดนลูกศรของเขานั่นเอง เพียงเท่านี้เราก็เอามาปฏิบัติได้ รู้หลบเป็นปีก หลบอย่างไร คือแพ้คนเป็น หลบเขาซะ เขาจะว่าอะไรก็ว่ากันไป ถ้าเราทำดีทุกที่ทุกทางแล้ว หรือพูดดีทุกที่ทุกประโยคแล้ว ใครจะมาว่าให้เรา เขาไม่ว่า เขาก็จะสรรเสริญเยินยอเท่านั้นเอง คนดีทางธรรมะอยู่ตรงนี้

คนดีทางโลกอีกเรื่องหนึ่ง ดีฝ่ายกิเลสตัณหามานะทิฏฐินี่เป็นอีกเรื่องหนึ่ง นั่นใช้อำนาจบังคับกันทางโลก แต่ทางธรรมเอาคุณงามความดีที่เราสร้างขึ้นมาเอาชนะใจผู้อื่นได้ การเอาความดีชนะใจผู้อื่นทำอย่างไร พยายามฝึกความรักตนเองให้เป็นกับคนอื่นทุกๆ คน มิใช่จะเป็นกับผู้ใหญ่เจ้านาย เอาใจเขาอยู่นั่น ไม่ใช่เท่านั้น การฝึกให้รักคนเป็นคือรักกับทุกๆ คน ให้ตั้งใจเอาไว้อย่างนั้น ตั้งมั่นอย่างนี้ ก็เรียกว่าสมาธินั่นแหละ ตั้งใจอย่างนี้ให้แน่วแน่ ไม่ว่าคนฐานะอะไรก็ให้ความรักกับเขาทุกคน เกิดความสงสารกับทุกคน เป็นมิตรกับทุกคน นี่คือการฝึกความดีของเรา

ถ้าเราฝึกเป็นมิตรกับทุกคนได้อย่างนี้ จึงเรียกว่า รู้หลบเป็นปีกได้แล้ว นี่คือการหาอุบายวิธีป้องกันตัว ทำให้ตนเองเกิดความโดดเด่นขึ้นมา มีจิตใจเกิดความเมตตาขึ้นมา ใจสบาย ปัญหาต่างๆ ก็ไม่เกิดขึ้น

นี่คือการบังคับตัวอัตตาให้ลดลงได้ หลวงปู่ขาวท่านพูดว่า ให้ฝึกตัวเป็นผ้าขี้ริ้วผืนหนึ่ง ของต่ำๆ คนจะมองข้ามไป คนไม่ปฏิบัติ ไม่ยอมตัวเอง ปัญหาจะเกิดขึ้น สิ่งที่สกปรกโสโครกที่เราทำไปทุกวัน ที่เราพูดออกไปทุกประโยค มันเหม็นขนาดไหน แต่เราไม่รู้ตัวเอง ปัญหาต่างๆ เราไม่เห็น คือ ปัญญาญาณไม่มี ความรู้รอบทางปัญญาไม่มี จึงเกิดปัญหาขึ้น

ปัญหาส่วนหยาบๆ อย่างนี้ ยังไม่รู้ตัวเอง ส่วนปัญหากิเลสต่างๆ มากมายมหาศาลละเอียดกว่านี้ ก็จะรู้ไม่ได้ เพราะมันละเอียดมาก เราต้องฝึกปัญญาขึ้นมา แก้ปัญหาไปทีละขั้นละตอน ไม่ใช่ว่าฮวบฮาบจะละกิเลสอย่างนั้นอย่างนี้ มันละไม่ได้ เพราะเดี๋ยวนี้ไม่ใช่เหมือนครั้งพุทธกาล

ในสมัยครั้งพุทธกาลพระพุทธเจ้าสอน ทำไมจึงมีคนละกิเลสได้มากมายขนาดนั้น เพราะพระพุทธเจ้ามีพระญาณหยั่งรู้ว่า แต่ละคนนั้นเมื่อครั้งอดีตชาติได้สร้างบารมีมาอย่างไรบ้าง สร้างที่ไหน สร้างอย่างไร พระองค์เจ้ารู้ และนำอุบายธรรมะที่เขาสร้างบารมีมาแล้วในอดีตเป็นองค์ประกอบ คือยกเรื่องขึ้นมา อธิบายให้เขาเกิดความสะดุ้งตัวขึ้นมา ให้เกิดความสำนึกตัวขึ้นมา ตัวบารมีที่เขาสร้างมาในอดีตก็สวมกันพอดี เป็นอุบายธรรมปฏิบัติเข้าสู่กระแสพระนิพพานเท่านั้นเอง ในสมัยพุทธกาลพระพุทธเจ้าไม่ได้เทศน์สุ่มสี่สุ่มห้าเหมือนทุกวันนี้นะ ท่านจะดูคนก่อนว่าในอดีตสร้างบารมีมาอย่างไร ถ้าเขาสร้างบารมีมาอย่างนี้ ก็ต้องให้อุบายเขาอย่างนี้ ให้ตรงกับอุบายที่เขาสร้างมา ให้ตรงกับบารมีที่เขาสร้างมา เพื่อให้โยงต่อกันได้ คนนั้นสร้างบารมีมาอย่าง

หนึ่ง แต่ไปเทศน์อีกอย่างหนึ่งก็ไม่ได้ ธรรมะของพระพุทธเจ้าไม่ใช่ว่าจะไปแก้กิเลสทุกขั้นตอนทุกคน ไม่ได้นะ ได้เฉพาะบางคน ถ้าคนนั้นสร้างบารมีมาอย่างนี้เอาธรรมะอุบายนี้ไปใส่ ก็ได้

เหมือนกับหมอที่ดี ก่อนจะให้ยาคนป่วย เขาจะสำรวจตรวจตราก่อนว่า ผู้ป่วยป่วยเป็นโรคอะไรกันแน่ เขาจึงให้ยาคนป่วยไปกิน โรคก็หายวันหายคืนไปได้ หรือมากกว่านี้ก็จะมีการผ่าตัดเอ๊กซเรย์ดูฟิล์มว่าเป็นโรคอะไรอยู่ที่ไหน เมื่อผ่าเข้าไปก็จะได้ถูกจุดเป้าหมายที่ต้องการผ่า คนเป็นหมอต้องเอ๊กซเรย์เป็น ดูฟิล์มเป็นด้วย ผ่าตัดให้เป็นด้วย ให้ยาตนเองเป็นด้วย ก็จะหายวันหายคืนได้ นี่เรียกว่า ให้ยาถูกจุด

ทีนี้ เราต้องฝึกเป็นหมอ เป็นหมอเราเอง เป็นคนป่วยเอง เป็นคนผ่าตัดเอง เป็นคนให้ยาเอง ครบสูตรทั้งหมด ผ่าตัดให้เป็น ผ่าตรงไหน ผ่าตรงปัญหาที่เกิดขึ้นกับเรา ที่เราสร้างขึ้นมา ผ่าออกเสีย สิ่งไม่ดีไม่งามผ่าออกเสีย การพูดไม่ดี เอาออกทิ้งไป การทำไม่ดี ก็ตัดทิ้งไป นี่เรียกว่า การผ่า ตัดออกซะ สิ่งไม่ดีไม่งาม คือรักษาไม่ให้โรคใหม่เกิดขึ้นด้วย รักษาโรคทางใจ ให้โปร่งใจ ให้โล่งใจ เป็นคนไม่มีปัญหาไม่มีความผูกพันกับสิ่งใดๆ นั่นแหละคือปัญหาความผูกพัน ความผูกพันมีหลายชนิดมากมายมหาศาล ใครเป็นคนสร้างให้เรา เราเป็นคนสร้างเอง ตัณหาความอยากเป็นตัวพาสร้าง คืออยากอย่างนี้ทำอย่างนี้ขาดทุนไปสร้างใหม่แล้วก็ขาดทุนอีก นี่คือสร้างปัญหาขึ้นมา เอาความอยากเป็นนาย ทีแรกว่าอยากดี สุดท้ายชั่วก็ได้

ปัญหาตัวเดียวเป็นดาบสองคม การรักษาศีล ภาวนาปฏิบัติ ฟังเทศน์ ฟังธรรม อยากอย่างนี้เป็นทางที่ดี ต้องส่งเสริมให้ดีมากขึ้น แต่

ตัณหาความอยากบางตัว เป็นสิ่งไม่ดี พยายามผ่าทิ้ง ตัดทิ้งซะ สิ่งไม่ดีไม่งาม เอาอะไรเป็นตัววัด ไม่ดีคืออะไร ก็จะโยงหาอัตตาอีกเนี่ยเหละ กิเลสตัณหาทั้งหมดอาศัยอยู่กับอัตตาของเรานั่นเอง คือใจเรานั่นเอง ต้องผ่าออกให้เป็น ต้องเลือกได้อะไรควรเอา ไม่ควรเอา ถ้าเราหายขาดเลย เอาไปได้ไหม โรคต่างๆ ที่ควรผ่า จะกินยาอย่างเดียวไม่ได้ ต้องผ่า เช่น เนื้องอกในสมอง ต้องผ่า กินยาไม่ได้ หรือโรคนิ่วต้องผ่า ดูด้วยว่าอันไหนควรผ่า ไม่ควรผ่า นี่เราต้องผ่าตาตัวเอง ผ่าให้เป็น ผ่าความเห็นคือตัวอัตตาใหญ่

นี่คือปัญญา ฝึกปัญญาของเราให้เป็น ฝึกคิดให้เป็น ความคิดที่ว่า มีเหตุผลเป็นตัวตัดสินชี้ขาด อันไหนจริง อันไหนไม่จริง อันนี้เป็นเหตุอย่างนี้ อันนี้เป็นผลอย่างนี้ ต้องรู้จักเหตุรู้จักผล จะว่าดีหรือว่าชั่ว ถ้าอยากดีอย่างเดียว ไม่รู้จักคำว่าชั่ว จะดีได้อย่างไร เพราะจะทำดีไม่ถูก มันต้องรู้จักชั่วด้วย ชั่วคืออะไร เหมือนกับว่า คนขาว หากขาวหมดทุกคนแล้ว เอาตัวอะไรมาวัดตัวขาว ไม่มีสมมติว่าขาวเลย มันต้องมีคนดำแฝงอยู่ เป็นตัววัด เรื่องความสูงความต่ำก็เหมือนกัน หากทุกคนสูงเสมอกันแล้ว คนต่ำไม่มี จะมีคำสมมติว่าสูงได้ยังไง หรือว่าคนทุกคนสวยขึ้นมาทั้งหมดแล้ว สวยเสมอภาคกัน จะเอาอะไรมาสวย ต้องมีคนขี้เหร่แฝงอยู่ มาตัดกัน จึงจะดูได้ว่านี่สวยนี่ขี้เหร่

นี้ฉันใด ความดีที่ว่ามานี้ เราก็ต้องรู้ว่า ความไม่ดีคืออะไร นี่คือตัววัดกัน ตัวตัดกัน ความดีคืออย่างนี้ ความไม่ดีคืออย่างนี้ คนทำดีทำอย่างนี้ คนพูดดีพูดอย่างนี้ เพราะอะไร เพราะคำพูดไม่ดีมันแฝงอยู่ จึงวัดกันได้ เทียบกันได้ การทำไม่ดีก็แฝงอยู่ จึงแตกต่างกัน

อย่างนี้

เราคนเดียวมีทั้งพูดดี และพูดไม่ดี ทั้งสองอย่างฝ่ายไหนมากกว่ากัน พูดไม่ดีเป็นส่วนใหญ่ พูดดีเป็นส่วนน้อย หรือการทำก็เหมือนกัน ทำดีเป็นส่วนน้อย ทำไม่ดีเป็นส่วนใหญ่ คำว่า ดี จึงต้องรู้ว่าสิ่งไม่ดีคืออะไร การปฏิบัติพื้นๆ ธรรมดา ให้ปฏิบัติต่อวาจาตนเองอย่างนี้ ทำได้ไหม หาประโยคคำพูดพยายามหล่อหลอมใช้ความคิดหาเหตุผลต่างๆ พูดออกมาแต่ละประโยคแต่ละสำนวน ให้คนอื่นยอมรับคำพูดของเราได้ เราจะพูดอย่างไร

การทำก็เหมือนกัน ต้องเลือกคัดจัดสรร เรียกว่า

นิสัมมะ กะระณัง เสยโย ใคร่ครวญเสียก่อนจึงพูด จึงทำ

ใคร่ครวญ หมายถึง ปัญญาครุ่นคิด ตรึกตรองดูว่า ถ้าพูดอย่างนี้คนอื่นจะว่าอย่างไรกับเรา การศึกษาธรรมะส่วนมากเราจะไปเอาตามตำรา เหมือนกับว่า ดูฉลากยา หยุดไม่เป็น วางไม่เป็น อ่านไปทั้งวันทั้งคืน จนไม่มีเวลากินยาได้เลย การศึกษาธรรมะไม่ใช่ว่าจะเอาตามตำราทั้งหมด ตำรามีอยู่ในตัว อ่านอยู่ทุกวันๆ เป็นตำราที่นักปราชญ์เขียนขึ้น เป็นหลักการนิดหน่อยเท่านั้นเอง แต่ธรรมะที่มากกว่านี้มีมหาศาล หากเราจะศึกษาธรรมะ แต่เราไม่ต้องการศึกษาจากตำรา เราจะศึกษาได้ไหม ได้ ให้ศึกษาจากคน เอาคนเป็นกระดานดำเป็นตัวศึกษา

เช่น เราทราบว่า เขาเป็นคนดี ก็ต้องศึกษาว่า ดีอย่างไร ในสังคมฝ่ายธรรมะ เขาว่าดี ดีอย่างไร เราไปแอบดูจ้องมองว่า คนดี เขาพูดอย่างไร การใช้หางเสียง พูดอย่างไร คือ ศึกษาสำนวน หางเสียง ถึง

ประโยคเดียวกัน แต่หางเสียงคนละอย่าง ก็มีปัญหาได้ ถึงจะพูดถูก แต่หางเสียงใช้ไม่ได้ ก็มีปัญหาอีก

ยกตัวอย่าง แม่บอกลูกว่า กินข้าวแล้วไปเลี้ยงควาย (พูดด้วยน้ำเสียงกระแทกดุดัน) ประโยคถูก แต่น้ำเสียงไม่ดี มีกิริยาประกอบด้วย ลูกเป็นเด็กจึงร้องไห้ พ่อจึงมาถามว่าร้องไห้ทำไม ลูกก็ตอบว่า แม่ดุ พ่อจึงถามแม่ว่า ทำไมดุลูก แม่ตอบว่า ไม่ได้ดุ บอกดีๆ ก็ร้องไห้เอง พ่อถามต่อว่า บอกดีๆ บอกยังไง พูดสิ แม่ตอบว่า กินข้าวแล้วไปเลี้ยงควาย (น้ำเสียงอ่อนหวาน ตรงข้ามกับครั้งแรก) จะเห็นได้ว่า ประโยคเดียวกันแต่แตกต่างกันที่สำเนียงการพูด หางเสียงไม่เหมือนกัน ไม่ใช่ว่าคำพูดถูกจะดีทั้งหมดนะ วาจาออกไปจะพูดอย่างไร นี่เรียกว่าปฏิบัติทางวาจาให้เป็น

การทำทางกายก็เช่นเดียวกัน ต้องเลือกคัดจัดสรร สำรวมกายวาจาอย่างไร ระวังในการทำ ระวังในการพูด สำรวมไม่ใช่ว่าจะหลับหูหลับตาอยู่ป่าอยู่เขาไม่ต้องเห็นหน้าคน นั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง คำว่าสำรวม ถึงจะอยู่รวมกันเป็นกลุ่มเป็นก้อน เวลาพูด อย่าให้ประโยคไหนไปแทงใจคนไหน สำเนียงพูดออกไปแทงใจใครอย่างไร นี่คือสำรวมรักษาคำพูดให้เป็น ทางกาย ทางตา ก็เหมือนกัน สำรวมทางตาไม่ใช่ว่าหลับตาปี๋ ให้เห็นกันได้ แต่ให้ทำอย่างไรให้ตามีเสน่ห์ ให้คนอื่นมีความรักต่อเรา โดยใช้ตานั่นแหละ การปฏิบัติแค่ใบหน้าอย่างเดียวก็เหลือกินแล้วนะ ทางโลกนี้

หน้าเรามีอะไรบ้าง ก็มีตานั่นแหละ เราใช้สายตาอย่างไร ทำไมจึงมีคำสมมติว่า ตาเปรี้ยว ตาขม ตาหวาน มากมาย หรือปากเรา

ก็เช่นกัน คำพูดออกมาแต่ละประโยค ปฏิบัติคำพูดอย่างไร นี่คือภาคปฏิบัติพื้นๆ ธรรมดาที่พวกเราไม่ทำ มองข้ามตัวเอง ด้วยเหตุนี้ จึงมีหลายคนพูด คนกลุ่มนั้นไปปฏิบัติหลายปีแล้วนะ สองปี ห้าปี สิบปี ทำไมไม่ดีขึ้นสักที เวลาปฏิบัติก็เหมือนกับดูดี เวลาออกจากที่ปฏิบัติไปแล้วไปอยู่กับครอบครัวตัวเอง กับสังคมที่มีอยู่ เกิดเรื่องขึ้นมา ก่อเรื่องคนนั้นคนนี้ อยากด่าใครก็ด่า อยากว่าใครก็ว่า ตามชอบอกชอบใจ ดูกิริยามารยาททางกายไม่น่าดูเลย ตาเขๆ เขียวๆ แดงๆ ก็ว่ากันไป นี่คือปฏิบัติได้ยังไง ไม่ต่อเนื่องกัน คนไม่มีสติปัญญา เอาอะไรให้ก็โยนทิ้งหมด ไม่นำไปรักษาตนเองได้ ไม่นำไปปฏิบัติตนเองได้ นี่คือปัญญา

ตัวปัญญาเป็นตัวนำทั้งหมด ไม่ว่างานทางโลก หรืองานทางธรรม หากขาดปัญญามีแต่พังกับพังอย่างเดียว ความรอบคอบไม่มี ความรอบรู้ไม่มี เหตุผลก็ไม่มี ดังนั้นจึงควรฝึกปัญญาให้ดี อย่าเพิ่งเอามรรคผลนิพพานในขณะนี้เลย ในช่วงนี้เป็นหัวเลี้ยวหัวต่อ เราศึกษาธรรมะแต่ปัญญาเรายังไม่สามารถครอบคลุมทุกอย่างได้ ต้องศึกษาพร้อมกันหลายสิ่งหลายอย่าง การปฏิบัติธรรมในสังคมโลกทำอย่างไร การปฏิบัติธรรมเพื่อเอาตัวรอดทำอย่างไร เพื่อมรรคผลนิพพานทำอย่างไร มันมีขั้นตอนของมันอยู่ นี่คือภาคปฏิบัติ

คำว่า ตน มีสองตนด้วยกัน ตนทางรูป เรียกว่า รูปธรรม อีกตนคือ ตนทางนาม เรียกว่า นามธรรม ให้เราศึกษาตนของรูปก่อน ให้เข้าใจส่วนนี้ก่อน ตนของรูปมีอะไรบ้าง ตนของรูปภายในมีอะไรบ้าง ตนของรูปภายนอกมีอะไรบ้าง ต้องศึกษาตนสองตนให้โยงกันได้ ถ้าเรามีตนแล้ว ของของตนก็ต้องตามมา

ตนภายใน หมายถึง ธาตุสี่ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ รวมตัวขึ้นมาเป็นตน ตนตัวนี้อะไรบังคับอยู่ คือ นามบังคับอยู่ รับรู้อยู่ ปนกันอยู่ เราจะแยกเอาตนหยาบ คือ รูปตน ขึ้นมาพิจารณา เราจะมองธรรมะระดับสูงขึ้นมาใส่ แต่ก็ทำอะไรไม่ได้ พิจารณาธาตุสี่ให้เป็นดินน้ำลมไฟ พิจารณาสู่ อสุภะอสุภัง แยกแยะไป อันนั้นก็เป็นธรรมะ แต่เป็นธรรมะระดับสูง แต่ปัญญาเราไม่ถึงระดับนั้นยังทำไม่ได้

คำว่า ตน คือสำรวมตนอันนี้ สำรวมกายวาจา กาย หมายถึง รูปกาย คือ ธาตุดินน้ำลมไฟนี้ทั้งหมด การสำรวมนี้มีอะไรเป็นองค์ประกอบ ส่วนภายนอกประกอบคือ ตนภายนอก นั่นคือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ทั้งสองอย่างเป็นของคู่เคียงกันมาตลอด มีก่อนศาสนาพุทธจะเกิดขึ้นในโลก คนยุคก่อนสมัยก่อนที่ศาสนาพุทธยังไม่ได้เกิดขึ้นในโลก คนก็มี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก็มี รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ สัมผัสกันมาตลอด ของสองอย่างนี้ มีตาภายใน กับรูปภายนอก สัมผัสกัน แต่ตาภายใน กับรูปภายใน เราเข้าใจรึยัง ยังไม่เข้าใจส่วนนี้ จึงมองหา รูปภายนอกอย่างเดียว เรียกว่า น้อมไม่เป็น นี่คือขาดปัญญาเช่นกัน

การสำรวม การพูด การทำ การทำมีกี่ประเภท คือการสัมผัสทางตามีอะไรบ้าง คือสิ่งที่เราเห็นกันทุกคน เรื่องสัมผัสเป็นธรรมดาของสัตว์โลก แต่ให้ระวังตัวหนึ่ง คือ ตาภายใน คือตัวละเอียดกิเลสตัณหามันแฝงอัตตาตัวนี้อยู่ ปัญญาเราจะหยั่งถึงไหม หยั่งไม่ถึงตัวนั้นหรอก มันละเอียดยิบเกินไป หยั่งไม่ได้ ยังไม่เห็น กิเลสตัณหามันแฝงอัตตาภายใน หมายถึงนาม เมื่อกิเลสตัณหามันแฝงอัตตาภายในคือ นามเรา

แล้ว มันจะคุมไปถึง อัตตาคือรูปนี้ด้วย มันคุมถึงรูปภายนอกอีกด้วย นี่คือกิเลสตัณหาแฝงอัตตาภายใน ตัวนี้แหละที่เราต้องการอยากจะทำให้ได้ แต่ทำไม่ได้ เพราะสติปัญญาเรายังไม่ละเอียดพอ เราต้องฝึกปัญญาพื้นๆ ให้ชำนาญก่อน ไม่ใช่จะเอาความคิดความเข้าใจละถอนปล่อยวาง มันยังทำไม่ได้ อย่าไปอยากอย่างนั้น

เหมือนนักชกนักมวย อยากขึ้นเวทีไปเอาเข็มขัดโลกมาใส่คาดเอว แต่กำลังวังชาของตัวเองพร้อมรึยังที่จะขึ้นชกชิงแชมป์ เมื่อยังไม่พร้อมแล้วขึ้นไปสิ อะไรจะดีขึ้น เป็นหมูให้เขาเท่านั้น จะชกจะต่อยอย่างไรก็ไม่เคยชก จะชกตามลำพังตามอำเภอใจตัวเองได้ยังไง มันต้องมีสูตรในการชก การชกมันต้องศึกษาคู่ชกให้ชำนาญก่อนว่า คู่ชกนั้นเขาดีขนาดไหน เขาเก่งขนาดไหน เขาออกหมัดอย่างไร ตีศอกอย่างไร ต้องศึกษาคู่ต่อสู้ให้เข้าใจ เมื่อเข้าใจแล้วยังไม่พอ ยังต้องฝึกซ้อมอีก การฝึกเราต้องฝึกนอกเวที ฝึกอย่างไร เตะกระสอบเตะอย่างไร การตีศอก ออกหมัด ทำอย่างไร ต้องชำนาญในการฝึกก่อน เมื่อชำนาญพร้อมแล้ว จึงขึ้นเวทีไปต่อกรกับเขาทีหลัง การขึ้นไปเอาชนะเขานั่นแหละ แต่ก็แพ้เขาลงมาได้ เมื่อแพ้เขาก็ต้องมาฝึกตนเองใหม่ว่า เราแพ้เขาตรงไหน ทำไมเขาเตะถูกเราได้ ทำไมเขาน๊อคเราได้ เรามีความบกพร่องตรงไหน ก็ต้องมาฝึกวิธีการรับ การปกป้องตัวเองให้ได้ หลังจากนั้น ก็ขึ้นเวทีใหม่ เมื่อแพ้อีกก็ต้องมาศึกษาตนเองใหม่ หาจุดอ่อนตัวเองให้เป็น ไม่ใช่ว่ามีกำลังอย่างเดียวจะเอาชนะเขาได้นะ ความฉลาดในการชกต้องมีหลายๆ อย่าง พร้อมกัน จึงจะเอาชนะเขาได้

นี้ฉันใด การภาวนาปฏิบัติก็ต้องใช้กำลัง แต่เรารู้จักแต่กำลัง

สมาธิ กำลังสติเราพร้อมรึยัง เราฝึกรึยัง กำลังปัญญาเราฝึกพร้อมรึยัง เพียงกำลังสมาธิเพียงอย่างเดียวทำอะไรไม่ได้ ขึ้นไปบนเวทีเป็นหมูให้เขาอีกนั่นแหละ ลีลาในการชกไม่มี กิเลสตัณหาต่างๆ เขาเป็นแชมป์มาก่อน เขามีอำนาจเหนือใจเรามาก่อน เราจะทำลายเขาง่ายๆ ได้เมื่อไร

ความคิดของกิเลสตัณหาคิดเรื่องอะไร จึงทำให้ใจหลงใหลงมงายอยู่กับโลกมาได้ มันหาวิธีหลอกใจเราให้เกิดแก่เจ็บตายหลงกับโลกมาร้อยกับพันกัลป์จนถึงชาติปัจจุบัน การศึกษากิเลสตนเองทำไมไม่ศึกษา ส่วนมากเราไปศึกษาธรรมะ การศึกษาธรรมะอย่างเดียวทำอะไรไม่ได้เลย มันต้องศึกษาคู่ต่อสู้อีกขั้นตอนหนึ่ง เราศึกษาธรรมะไปเพื่ออะไร เพื่อโค่นล้มคู่ต่อสู้ให้ราบเรียบ ให้เขาแพ้เรา ไม่ใช่ว่ามีเครื่องมือดี แต่ขาดการศึกษาคู่ต่อสู้ ก็แพ้เท่านั้น เรามีอาวุธที่ดี ดูอย่างทหาร เป็นต้น ถึงมีอาวุธดีก็ตาม แต่ถ้าไม่ได้ศึกษาคู่ต่อสู้แล้ว เวลาเข้าไปก็เหยียบระเบิดตายเท่านั้น จะเดินจ้วงๆ ไปตะครุบคอเขาให้ตาย จะเป็นไปได้ยังไง เขามีหลุม เขามีบังเกอร์ เขายิงมา เราก็ตายหมด

ฉะนั้น กิเลสตัณหาที่ว่ามา เป็นหลักใหญ่ในใจของคน มันสามารถล่อหลอกหล่อหลอมให้เรามาเกิดตายกับโลกนี้หลายกัปหลายกัลป์ ตั้งแต่ชาตินั้นจนถึงชาติปัจจุบันนี้ เรียกว่า ถูกหลอกมาเกิด การหลอกให้ใจมาเกิด ไม่ใช่เอาอย่างอื่นมาหลอกนะ เอาความพอใจ เอาความยินดีนี่แหละ สิ่งใดที่ทำให้ใจหลงที่ไหนก็เอามาหลอกที่นั่น กิเลสหลอก คนหลอก หลอกที่ไหน เอาสิ่งที่เรารัก เรามีความสนใจเรื่องอะไร เรามีความยินดีเรื่องอะไร มันเอาสิ่งนั้นนั่นแหละมาหลอกใจ หลอก

ตามน้ำ เราก็หลงไปเลย

เหมือนคนเล่นหุ้นต่างๆ คนเสียเงินได้เพราะอะไร เพราะอยากได้เงิน อยากรวย จึงลงมือลงขันกันเล่นหุ้นกับเขา สุดท้ายก็พังไปตามๆ กัน นั่นคือความอยากรวยนั่นเอง ใจเราอยากนั่นอยากนี่ขึ้นมา มันยังฝังใจอยู่ กิเลสมันจะหลอกในสิ่งที่เราอยากนั่นเอง ความอยากมันแฝงขึ้นมา เรียกว่า อยากตามน้ำ เราก็ลืมตัวไปเลย นั่นแหละ การศึกษากิเลส เราศึกษารึยัง ศึกษาธรรมะ แต่ว่าเอาไปทำอะไรกับกิเลส จะไปแก้เขาได้ไหม จะมีการปฏิบัติอย่างไรให้กิเลสหายไปหรือหมดไปจากใจ ต้องมีขั้นตอนการศึกษา

งานทุกงานไม่ว่าจะเป็นงานทางโลกหรืองานทางธรรม มันต้องศึกษาก่อนจึงลงมือปฏิบัติ จึงลงมือทำงานได้ งานโรงเรียนก็ดี เป็นครูเป็นอาจารย์เป็นแพทย์เป็นหมอเป็นพยาบาลก็ดี งานทุกงานต้องศึกษามาทั้งนั้น เมื่อศึกษามาก็ฝึกปฏิบัติ ชาวนาชาวสวนก็ต้องศึกษาการทำไร่ทำนาของเขา ศึกษาปฏิบัติไปด้วย หรือจะเป็นเจ้านายก็ต้องศึกษาคือฝึกงานไปด้วย ฝึกงานทดลองทดสอบการศึกษา ถ้าไม่ดีจุดนี้ก็หาเปลี่ยนจุดใหม่ การที่ได้ยาดีๆ มารักษาคนทุกวันนี้ ก่อนได้ยาดีๆ ก็ต้องศึกษาทดสอบกี่ครั้งกี่หน มันขาดตรงไหน มันเกินตรงไหน มันบกพร่องตรงไหน ต้องศึกษาให้สมบูรณ์แบบในยาแต่ละประเภท ไม่ใช่ว่าจะเอายาอะไรก็ได้มากิน ต้องศึกษา ต้องพร้อม

คนมีอะไรจึงจะศึกษาได้ ก็ต้องมีปัญญาอีกนั่นแหละ เราศึกษางานต่างๆ แล้วนำมาปฏิบัติ ขนาดนั้นก็ยังผิดพลาดอยู่ นี่คืองานทางโลก ส่วนงานทางธรรม เป็นการละอาสวะให้เบาบางไปหรือหมดไป

เป็นงานละเอียดสุด เหลือกำลังที่คนธรรมดาจะคิดได้ทำได้ จะมีเฉพาะผู้มีสติปัญญาที่ดีเท่านั้นที่จะศึกษาส่วนนี้ได้ เรามาเกิดตายกับโลกนี้มายาวนานเพราะเราขาดการศึกษาอันนี้ คือศึกษากิเลสตนเองไม่เป็น ทำตามกิเลสทุกขั้นตอน ทำตามตัณหาทุกสิ่งทุกอย่าง เอาตามใจชอบทุกสิ่งทุกอย่าง ลืมตัวเอง เป็นคนขาดเหตุขาดผล กิเลสตัณหาทำให้เรามาเกิดกับโลกนี้ได้อย่างไรบ้าง นั่นคือความผูกยึด คือเข้าใจผิด หลงผิด คือตัวมิจฉานั่นเอง ไม่ใช่ว่าจะปฏิบัติเอาสัมมาทีเดียวไม่ได้นะ การปฏิบัติจะเอาตัวสัมมาทิฏฐิได้ต้องรู้จักตัวมิจฉาคืออะไรก่อน ตัวมิจฉายังไม่รู้เรื่องเลย จะไปเอาสัมมาได้อย่างไร เอาไม่ได้ ต้องรู้จักมิจฉาคืออะไรก่อน ตัวมิจฉาตัวเดียวที่ทำให้คนมาเกิดในโลกนี้ เป็นวัฏจักรหมุนไปเวียนมา ตั้งแต่กัปนั้นจนถึงปัจจุบันนี้ และก็จะหมุนเวียนไปภพหน้าชาติหน้า หาที่สิ้นสุดไม่ได้ ก็เพราะตัวมิจฉาคือความเห็นผิดตัวนี้ตัวเดียว

ความเห็นผิดลึกๆ คือ อุปาทาน ตรงนี้ ถ้าคนปัญญาไม่ดีก็หมดสิทธิ์ทันที ความเห็นผิดนี้เป็นฐานใหญ่ที่ทำให้คนมาเกิดกับโลก สัตว์ทุกตัวมนุษย์ทุกเหล่าทุกคน มาเกิดเพราะความเห็นผิดว่า นี่เป็นเรา นี่เป็นของของเรา การทึกทักว่า ของภายนอกเป็นของของเรา ก็เห็นผิดอีก ตัวเห็นผิดตัวเดียวนี้ จะก่อให้เกิดความคิดผิด คิดว่าเป็นเราเป็นของของเราต่อไปเรื่อยๆ เกิดอุปาทานยึดมั่นถือมั่นขึ้นมา

การที่จะไม่มาเกิดกับโลกนี้ ไม่ใช่ว่าจะบังคับให้ตัณหาหมดไปสิ้นไปได้ทันที ต้องตัดกำลังกิเลสตัณหาอย่างหยาบๆ ก่อน คือโลภ คำว่า ความโลภตัวเดียว สิ่งใดทำให้เกิดความโลภ เป็นความจริงอยู่ว่า

ความโลภอยู่ที่ใจ ใจนี่แหละเป็นตัวโลภ เพราะกิเลสความโลภอยู่ที่ใจ มันต้องศึกษาวิธีการละความโลภว่าทำอย่างไร และก็ไม่ใช่ว่าจะไปให้บริจาคทานเยอะๆ อันนั้นก็ให้ อันนี้ก็ให้ นั่นไม่ใช่การหยุดความโลภ เรากำลังเข้าใจผิด เพราะนั่นมันเป็นเรื่องการบริจาคทาน ความรักความสงสาร การให้ตามหน้าที่เท่านั้น

ความโลภจริงๆ อยู่ที่ใจ โลภเรื่องอะไร อะไรเป็นฐานของความโลภ ก็ตัวตัณหานั่นแหละ คือความอยากเป็นฐานให้เกิดความโลภขึ้นมาได้ เราต้องศึกษาว่า ความโลภตัวเดียว มันมีอะไรเป็นตัวโลภ คือวัตถุสมบัติใช่ไหม นั่นก็ส่วนหนึ่ง ทำไมจึงไปหลงวัตถุสมบัติ ก็เพราะมีโมหะอีกส่วนหนึ่ง มันโยงกันหมด โมหะความหลงทำให้เกิดความโลภขึ้นมา เป็นตัณหาขึ้นมา ว่าสมบัติทั้งปวงเป็นของของเรา มันฝังลึกอยู่อย่างนั้น มันฝังใจเป็นอุปาทาน คือแยกไม่ออก เพียงแค่วัตถุสมบัติ ก็ทำให้ใจเกิดความโลภขึ้นมาได้ ไม่ต้องไปเอากิเลสตัวอื่นหรอก ให้ตัดกำลังความโลภนี้เสีย

ส่วนใดที่ทำให้ความโลภเกิดขึ้นได้ มีวัตถุอะไรที่ทำให้หลอกใจเราได้ คือวัตถุภายนอกเป็นเรื่องใหญ่ คือเงินทองกองสมบัติเป็นต้น ความโลภมายังไม่พอ มันเกิดความยึดถือว่าเป็นของของเราด้วย ฝังใจอยู่อย่างนั้นด้วย การฝังใจนี้คืออุปาทานยึดแน่นมาก่อน นี้คือถึงไม่ไปสวรรค์ก็มาเกิดในโลกนี้อีก ไม่ถึงมรรคผลนิพพาน คือห่วงอยู่ ฝังอยู่ ห่วงโน่นบ้างนี่บ้าง ก็มาเกิดกับสิ่งเหล่านี้แหละ มีประวัติหลายเรื่อง

ยกตัวอย่าง แม้กระทั่ง พระหลงยึดจีวรว่าสวย เมื่อตายไปแทนที่จะไปสวรรค์ ไปนิพพาน ก็ไปไม่ได้ ไปเป็นเปรตรักษาผ้าอยู่นั่น

แหละ ของสิ่งใดก็ตาม สิ่งภายนอกที่เราสร้างมา ถ้าเรามีความผูกพันหลงผิดติดอยู่กับของสิ่งใดขึ้นมา จะมาเกิดกับของสิ่งนั้น นี้คือ ***"ตัวกำลัง"*** ที่เราต้องแก้ ผู้ปฏิบัติที่จะตัดกำลังตัวนี้ได้ก็คือ ทำอย่างไรเราจะไม่โลภ ไม่ให้เกิดความโลภขึ้นกับตัวเองได้ ส่วนหยาบๆ เราแก้ได้ยังไง นั่นคือ เราทุกคนมีวัตถุสมบัติ เมื่อเรามีความยึดถือผูกพันกับสิ่งเหล่านี้ เมื่อตายไปก็ต้องมาเกิดใหม่ ผู้ไปสวรรค์ก็ว่ายากอยู่แล้ว ไม่ต้องพูดถึงนิพพาน แค่สวรรค์ของง่ายๆ ก็ยากที่จะไปได้

พระพุทธเจ้าท่านเปรียบเทียบไว้ว่า บุคคลที่จะไปสู่สวรรค์นั้นเหมือนเขาโค โคตัวหนึ่งมีสองเขาเท่านั้น แต่บุคคลที่จะไปสู่อบายภูมิเท่ากับขนโค ขนโคมีมากขนาดไหนนั่นคือผู้ที่จะไปสู่อบายภูมิ มีมากขนาดนั้น เพราะความยึดมั่นถือมั่น หลงผิดว่าเป็นของของเรานั่นเอง

สมมติว่า คนนั้นทำบุญให้ทาน หมดเงินไปหลายหมื่นหลายล้านก็ตาม ขณะที่ทำอยู่ก็เกิดความปิติเอิบอิ่มใจ แต่วันดีคืนดีเมื่อถึงเวลาที่จิตจะออกจากร่าง จิตไปคิดถึงผูกพันกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งอยู่นั่นแหละเรียบร้อย ไปไหนไม่ได้เลย สวรรค์ก็ไปไม่ได้เลย เพราะอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นเป็นเรื่องใหญ่ คือเอาตอนสุดท้าย ของเก่าที่เป็นบุญหายไปไหนไหม ไม่หาย แต่กำลังไม่พอขณะนั้น กำลังความยึดมั่นถือมั่นเกิดขึ้นแทน เกิดความห่วงไร่ห่วงสวน ถ้าใจเราห่วงในสิ่งใดจะมาเกิดกับของสิ่งนั้น บุญต่างๆ ที่มีอยู่เอาไว้ก่อน เอาความห่วงรับผลกรรมไปก่อน เมื่อหลุดจากความห่วงนี้ไปแล้ว จึงจะขึ้นสวรรค์ทีหลัง ไม่ใช่ว่าทานเดี๋ยวนี้ จะขึ้นสวรรค์ทันที ต้องมองจุดสุดท้ายก่อนจิตจะออกจากร่างเป็นอย่างไร มันจะมีกรรมนิมิตปรากฏก่อนเวลาจะตาย ครึ่งนาที

หรือหนึ่งนาทีไม่เกินนั้น เมื่อกรรมนิมิตเกิดขึ้น ตนเองแก้ได้ไหม แก้ไม่ได้ หมดสิทธิ์ กรรมของความยึดมั่นมั่นฝังใจ จึงต้องมาเกิดอีก นี่คือความห่วงใยของโลกนี้

คนมีความห่วงใยโลกนี้ จึงมาเกิดกับโลกนี้ แต่วิธีการห่วงใยอาจแตกต่างกันไป ความแตกต่างไม่สำคัญ สำคัญที่มาเกิดกับโลกนี้แล้วนั่นเอง นี่คือต้องศึกษา ศึกษาธรรมศึกษาได้ แต่ศึกษาความโลภของตนเองศึกษาไม่ได้ ศึกษาความยึดมั่นอุปาทานศึกษาไม่ได้ นี่หรือคือนักปฏิบัติ เขาไม่พูดหรอกธรรมะหมวดนั้นหมวดนี้ เขาพูดเรื่องความยึดติดผูกพัน นี่คือแก้ปัญหาตนเองให้เป็น ถ้าเราไม่ศึกษาตัวนี้ จะมีปัญหากับการปฏิบัติของเราได้ นี่คือของหยาบๆ ง่ายๆ

เมื่อหลงวัตถุสมบัติภายนอกไม่พอ ยังมาหลงธาตุอัตตาตัวตนคือธาตุตัวเรา นี่คือตัวกูของกูเหมือนท่านพุทธทาสพูดไว้ ชัดเจนมาก หลวงพ่อขอยกไว้เป็นพิเศษ ถูกและชัดเจน คนหลงตัวกูเมื่อไร ก็หลงของกูตามกันไป ถ้าหลงสิ่งนี้อีกก็มาเกิดตายกับโลกนี้ต่อไป ปัญญาเราต้องมาศึกษาตัวนี้ คือสร้างปัญญาเราให้เป็น

ทุกคนที่นั่งอยู่ที่นี่มีปัญญา แต่เป็นปัญญาที่ไม่ได้ฝึกในทางธรรมะ เรียกว่า ปัญญาดิบ ไม่สุก เหมือนกับน้ำมันดูดขึ้นมาจากพื้นดินใส่ถังไว้ จะเอามาใส่รถใส่เรือวิ่งตามถนนหนทาง ยังไม่ได้ เพราะน้ำมันไม่ได้กลั่นกรอง ต้องแยกให้เป็นน้ำมันดีเซล เบนซิน เชื้อเพลิงก่อนจึงจะใส่รถได้

นี้ฉันใด ปัญญาที่เรามีอยู่ ต้องนำมากลั่นกรองเสียก่อน เอามาฝึก ปัญญาส่วนไหนทางโลก ส่วนไหนทางธรรม ต้องศึกษาให้ชัดเจน

เสียก่อน ปัญญานั้นจึงนำมาใช้ประโยชน์ได้ ปัญญาที่ยังไม่ได้กลั่นกรอง จะนำไปใช้เป็นเครื่องมือพาไปสู่มรรคผลนิพพาน ไม่ได้ นี่คือ ปัญญาภาคปริยัติระดับหนึ่ง ปัญญาภาคปฏิบัติเป็นอีกระดับหนึ่ง ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ

คำว่า ปริยัติ นี้ ในสมัยพุทธกาลไม่ได้พูดตำราอะไรเลย แล้วจะมีปริยัติมั้ย มีปริยัติ แต่เขามีแค่การได้ยินได้ฟัง นี่คือปริยัติ แล้วนำไปปฏิบัติ ถึงธรรมะน้อยๆ แค่หมวดสองหมวด เขาก็นำไปปฏิบัติได้ นี่คือปัญญาสัมมาทิฏฐิความเห็นชอบของเขา มันจะมีคุณค่าขึ้นมาตรงนั้น ถึงจะมีปัญญามากก็ตาม แต่ถ้ายังเป็นมิจฉาอยู่ก็จะทำอะไรไม่ได้เลย ไม่มีคุณค่าเลย ตัวมิจฉาจะบังคับใจให้เห็นผิดหลงผิดได้ ทีนี้ปัญญาที่มีอยู่ก็จะทำอะไรไม่ได้ ต้องกลั่นกรองปัญญาเราเสียใหม่ เพื่อให้แหลมคมละเอียดยิบ ฝึกฝนปัญญาของเรา สร้างปัญญาของเราโดยเหตุผลเป็นตัวตัดสิน อย่าคิดอะไรตามใจชอบว่าเราถูกแล้ว เราพูดทุกสิ่งทุกอย่างถูกแล้ว นั่นไม่ใช่ ต้องเอาเหตุผลเป็นตัวตัดสินอีกครั้งหนึ่ง ต้องฝึกปัญญาของเรา คือความฉลาด ความรอบรู้ความเข้าใจตามเหตุและผล

เพราะปัญญานี้เป็นตัวแก้ทุกสิ่งทุกอย่าง ทางโลกก็ได้ ทางธรรมก็ได้ ส่วนรวมก็ได้ ส่วนตัวก็ได้ นี่คือปัญญาเราต้องกลั่นกรองออกมาอีกครั้งหนึ่ง ไม่ใช่ว่าจะเอาความรู้ไปละกิเลส ไม่มีใครทำได้ คนเราไม่เข้าใจปัญญาในภาคปฏิบัติ จะเอาปัญญาในภาคปริยัติไปละกิเลสได้ยังไง ต้องเอาปัญญาในภาคปฏิบัติโน่น ปัญญาในภาคปฏิเวธโน่น เป็นตัวละกิเลสตัณหา ไม่ใช่เอาปัญญาในภาคปริยัติไปละ ปัญญานี้เป็น

เพียงศึกษาแนวทางเส้นทางเท่านั้นเอง

ทีนี้เราเป็นฆราวาสญาติโยม จะไปศึกษาปริยัติเหมือนพระทั้งหลายไม่ได้ ต้องเอากำลังที่เรามีอยู่มาศึกษาปัญหาของตนเองแล้วแก้ไขตนเอง นี่ก็พอแล้ว เคยเห็นไหม ประวัติพระหลายองค์ที่มีชื่อเสียงในเมืองไทย มีความรู้มีชื่อเสียงขนาดนั้น ยังแก้ปัญหาตัวเองไม่ได้ ก่อเรื่องก่อราวในสังคม เรียกว่า คนมีความรู้สูง ถามธรรมะขั้นไหนรู้หมดหมวดต่ำหมวดกลางหมวดสูงละเอียดถึงขั้นนิพพาน รู้หมด แต่ปัญหาเต็มตัวแก้ไม่ได้ ความรู้นี้แก้ปัญหาไม่ได้

คนเรามีความรู้อยู่ แต่ปัญญาไม่มี เมื่อปัญญาไม่มี ก็ไม่สามารถเอาความรู้ไปแก้ไขปัญหาตัวเองได้ จึงต้องฝึกปัญญาให้ดีให้แหลมลึกลงไป คือศึกษาถึงเหตุถึงผลต้องศึกษาตัวนี้ ศึกษาธรรมะภาคปฏิบัติต้องดูตนเองเป็นหลักใหญ่ เป็นหลักยืนตัวคือ ดูอัตตาตนเองต้องศึกษาให้เป็น

อัตตาภายใน คือตัวนาม เป็นตัวก่อให้เกิดอัตตารูปขึ้นมาได้ ถ้าไม่มีอัตตาภายในเป็นตัวก่อให้เกิดขึ้นมา จะเกิดอัตตารูปได้ยังไง เกิดไม่ได้ต้องมีอัตตาภายในขึ้นมา คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ กิเลสมันแฝงอยู่ตรงนี้ ที่ตัวอัตตาภายใน คือ นามธรรม แต่ตรงนี้ ใครจะมีปัญญาหยั่งรู้ไหม ยากที่จะหยั่งรู้ได้ ถึงจะมีการศึกษาภาคปริยัติมามากเท่าใด ก็ไม่อาจรู้ได้ สิ่งที่จะรู้ได้คือ ปัญญาที่ละเอียดสุขุมลุ่มลึกเท่านั้น

ฉะนั้น ขันธ์ห้านี้ เรามาเข้าใจผิดว่าเป็นตน รูปเป็นตน เวทนาเป็นตน สัญญาเป็นตน สังขารเป็นตน วิญญาณเป็นตน เป็นตนตลอด

เลย ดังนั้นเราจะไปศึกษาตนภายในให้รู้ชัดเห็นจริงนั้น รู้ไม่ได้ เพราะปัญญาเราหยั่งไม่ถึง กำลังเราไม่พอส่วนนั้นๆ เหมือนกล้องจุลทรรศน์เรายังไม่ได้สร้างขึ้นมา จะไปวิจัยเซลล์ต่างๆ โรคต่างๆ เรายังทำไม่ได้ กล้องเรายังหยาบ มองไม่เห็น ช้างทั้งตัวเรายังมองไม่เห็นเลย กล้องภายในคือปัญญาเรายังไม่มี กล้องจุลทรรศน์คือตาปัญญาเรายังไม่ได้สร้าง ต้องสร้างจากฐานปัญญาขั้นพื้นๆ นี่ไป ค่อยคิดให้เห็นจริงตามเป็นจริงไป สัมมาทิฏฐิความเห็นชอบเป็นฐานใหญ่ของปัญญานี้ ปัญญาทางธรรมะ

ความเห็นชอบส่วนหยาบๆ เป็นอย่างไร ความเห็นชอบอย่างกลางเป็นอย่างไร อย่างละเอียดเป็นอย่างไร ต้องฝึกขั้นหยาบๆ นี้ไปก่อน ความเห็นชอบอย่างหยาบจะไปละมิจฉาทิฏฐิอย่างหยาบ อันนี้เราจะทำให้เข้าใจตัวนี้ นี่คือปัญญาอย่างหยาบละความเห็นอย่างหยาบ ปัญญาอย่างกลางละความเห็นอย่างกลาง ปัญญาขั้นละเอียดละความเห็นขั้นละเอียด แต่ตอนนี้ปัญญาอย่างหยาบเรามีรึยัง เมื่อปัญญาอย่างหยาบยังไม่มี จะไปกระโดดโลดเต้นละปัญญาอย่างละเอียดจึงทำไม่ได้ การฝึกความเห็นจึงเป็นหลักใหญ่ในการปฏิบัติธรรม

หลวงพ่อได้พูดในเบื้องต้นว่า หลวงปู่ขาวให้ธรรมะที่หลวงพ่อดูดดื่มที่สุด ฝังใจลึกที่สุดคือ ทำตัวเป็นผ้าขี้ริ้วผืนหนึ่ง นี่คือพื้นฐานเป็นตัวบังคับประตูปิดเปิด สิ่งใดควรออกไปและไม่ควรออกไป ต้องดูตัวนี้ คือผ้าขี้ริ้วผืนนี้

นี่คือ การให้คำแนะนำอุบายธรรมะมาทั้งหมดนี้ เราให้ศึกษา

ธรรมะส่วนตนและผู้อื่นให้เข้าใจ ทีนี้ปัญหาส่วนผู้อื่น หลายเรื่องที่ฆราวาสมีปัญหาประจำตัวอยู่ มีปัญหากับครอบครัว กับสังคม ยังไม่กล้าที่จะเปิดเผยให้หลวงพ่อรู้ ยังอมไว้อยู่ ยังกลืนไว้อยู่ หลวงพ่อไม่มีปัญญาญาณหยั่งรู้ได้ว่า ใครมีปัญหาอะไรอยู่ หลวงพ่อจึงให้ลูกศิษย์ลูกหาที่นั่งอยู่ด้วยกัน ปรึกษากัน ให้ความคิดความเห็นกัน สำหรับฆราวาสที่นั่งอยู่ด้วยกันย่อมจะเปิดเผยความลับส่วนตัวออกมาได้ ปัญหาต่างๆ ที่ฝังตัวอย่างไร ให้เปิดเผยออกมาฟัง ใครมีประสบการณ์ส่วนตัวอย่างไร ให้ช่วยกัน นี่คือปัญหาหยาบๆ ในสังคม ครอบครัวและส่วนตัวด้วย หลวงพ่อจึงให้ ตั้งวง ตีวงคุยกัน

ปีนี้ โชคดีที่คณะศิษย์อเมริกาที่หลวงพ่อได้สอนไว้ ก็จะมาช่วยกัน คณะพวกเราในเมืองไทยก็พอจะมีหลายคนที่มีความสามารถเข้าใจในเหตุในผล พอจะแก้ปัญหาตนเองและผู้อื่นได้ก็มีอยู่ ปัญหาหยาบๆ ทางสังคมธรรมดาก็ให้ช่วยกัน ปัญหาทั้งหมดจะให้หลวงพ่ออธิบายให้ฟัง พวกเราก็ไม่เข้าใจ และพวกเราเองก็ไม่กล้าเปิดเผยด้วย จึงให้คณะลูกศิษย์ทุกคนพยุงกัน ช่วยกัน ให้ผ่านพ้นปัญหาหยาบๆ นี้ไป ช่วยกันคิด

เหมือนคนโบราณว่า ผงเข้าตาเอาออกเองไม่ได้ ต้องให้คนอื่นช่วยเอาออกให้ นี่ชัดเจนและเป็นความจริง ต้องช่วยกัน คือ ช่วยให้คำแนะนำซึ่งกันและกัน มีปัญหาอย่างนี้ จะใช้อุบายแก้กันอย่างไรเพื่อให้อยู่สุขสบาย นี่คือลักษณะ รู้หลบเป็นปีก รู้หลีกเป็นหาง คือหลบเป็นบางเวลา หลีกเป็นบางเวลา เพราะปัญหาต่างๆ มันกำเริบอยู่แล้วต้องหาวิธีหลบให้เป็น หลีกให้เป็น คือเราไม่ชนตรงๆ เราอ้อมเป็นหลัก

เข้าไว้ นี่คือกุศโลบายในการแก้ปัญหาตนเอง จะแก้ให้หมดไปขณะนี้มันหมดไม่ได้ มันจะอยู่เต็มโลกนี้ตลอดไป ในโลกนี้คือโลกแห่งปัญหาปัญหานานาชนิด ต้นเหตุของปัญหาคือเกิดจากเราเป็นต้นเหตุคือไปยึดไปหลง ไม่เข้าใจในส่วนนั้นๆ ความไม่เข้าใจปัญหาต่างๆ คืออะไร คืออวิชชา คือก่อเรื่องเกิดปัญหากับตนเองกับคนอื่นมายาวนาน จึงเป็นทุกข์ทรมานใจอยู่ตลอดเวลา คือตัวอวิชชา

ตัวอวิชชาคำนี้เป็นศัพท์ที่สูงไหม ไม่สูง มันมีทั้งอวิชชาอย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างละเอียด คือไม่รู้ความจริงอย่างหยาบ ไม่รู้ความจริงอย่างกลาง และไม่รู้ความจริงขั้นละเอียด ความโลภก็เช่นกันคือหลงความจริงอย่างหยาบ หลงความจริงอย่างกลาง หลงความจริงอย่างละเอียด อวิชชาอยู่ตรงนี้ เราพยายามแก้อย่างหยาบๆ ก่อนดีไหมอย่าพึ่งไปยุ่งกับส่วนละเอียด เอาให้พอหายใจอ้าปากได้ก่อน ให้มีกำลังใจได้ก่อน เรียกว่า เสริมกำลัง กำลังของสติ กำลังของปัญญากำลังความสามารถเฉพาะตัวให้พร้อม จึงเรียกว่า ตนแลเป็นที่พึ่งของตน บาลีคำนี้ทุกคนพูดกันมายาวนาน

อัตตาหิ อัตตะโน นาโถ ตนแลเป็นที่พึ่งของตน พูดทำไม เมื่อพูดแล้วปฏิบัติไม่ได้ ผู้ปฏิบัติได้ต้องมีสติปัญญาดีก่อน จึงจะปฏิบัติได้พึ่งตนพึ่งอย่างไร คือพึ่งความสามารถเฉพาะตัว พึ่งสติตนเอง พึ่งปัญญาตนเอง พึ่งความฉลาดของตนเอง

เดี๋ยวนี้เราพึ่งคนอื่นมากไป อยากรู้ธรรมะหมวดไหนก็ไปอ่านตำราเอา ฟังหลวงพ่อเอา แล้วก็จำไปเท่านั้นเอง จำไปก็ทำอะไรไม่ได้ไม่รู้เรื่องเลย แก้ปัญหาตนเองไม่ได้เลย ถ้าเป็นคนจะไปซื้ออาหารที่

ตลาดมากิน เวลาจ่ายตลาดซื้อเป็ด ซื้อไก่ ซื้อปลา ซื้อเป็น อันนี้เป็นเป็ด เป็นไก่ เป็นปลา เข้าใจหมด พริก มะเขือ เกลือ ปลาร้า รู้จักหมด แต่อย่าถามว่า สิ่งต่างๆ มาปรุงเป็นอาหารทำยังไง ทำไม่ได้เลย แค่นี้ก็ไม่รู้เรื่อง รู้อยู่ แต่ทำกินไม่เป็น ต้องอาศัยคนอื่นทำให้กิน แล้วกัน หิวขึ้นมาใหม่ก็ขออีก ขอมากเกินไป ทำไมไม่ช่วยตนเองให้เป็น ต้องฝึกทำสิ ทำครั้งแรกไม่อร่อย ก็ต้องสังเกตสิ ถ้ามันเค็ม ครั้งหน้าก็ต้องลดเกลือลง ทำให้ถูกปากเราสิ เผ็ดไปหน่อย ครั้งหน้าก็ต้องลดพริกลง ถ้ามันจางก็ต้องเพิ่มเกลือเพิ่มพริก ให้ทำบ่อยๆ พอดีกับปากเรา ทำได้มั้ย นี่คือลักษณะเราพึ่งเรา ครั้งหน้าจะได้ไม่ต้องไปขอคนอื่น เราทำเองได้ ซื้อเองได้

เหมือนก๋วยเตี๋ยว แต่ละถ้วยที่เขาทำ เขาชิมทุกถ้วยรึเปล่า เขาไม่ชิม เขาตักตวงความพอเหมาะพอสม ก๋วยเตี๋ยวถ้วยเท่านี้ใส่พริกขนาดไหน เกลือขนาดไหน ใส่พอเหมาะพอสม พอไปกินแล้วก็อร่อยได้เลย นี่คือชำนาญแล้ว ขณะนี้เรากำลังฝึกทำก๋วยเตี๋ยว ต้องฝึกหลายครั้ง บ่อยๆ จึงจะรู้ว่าปริมาณการใส่ให้อร่อยทำอย่างไร จะรู้ได้เอง สติปัญญาเราต้องฝึกตนเอง ปัญญาของเราขนาดนี้แก้ปัญหาของตนเองได้แล้ว นี่ละ ตนแลเป็นที่พึ่งของตน

การแก้ปัญหาส่วนหยาบ เอาให้ชำนาญก็แล้วกัน พวกเรามักจะไปมองกิเลสตัณหาละเอียด มันไม่ใช่ อวิชชาหยาบๆ ทำไมไม่พูด ความไม่เข้าใจปัญหาหยาบๆ ทำไมไม่พูดกัน มองข้ามไปหาอวิชชาละเอียดโน่น ตีความหมายในธรรมไม่แตก เลยแก้ปัญหาตนเองไม่ได้เลย

การภาวนาปฏิบัติเป็นหลักแก้ปัญหา ไม่ใช่จะมาทำความสงบ

แข่งกันนะ แค่นั้นยังไม่พอ การทำสมาธิไม่ใช่หลักแก้ปัญหา เป็นหลักหลบปัญหาเฉยๆ เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น ก็หลบเข้าสมาธิก่อน จะทำสมาธิตลอดวันตลอดคืนตลอดปีรึเปล่า ก็ไม่ได้ เมื่อถอนออกมาก็มาเจอปัญหาอันเก่าอีก แล้วก็เข้าสมาธิใหม่ ทำอยู่อย่างนี้ แก้ปัญหาอะไรไม่ได้เลย ตัวสมาธิจึงไม่ใช่วิธีแก้ปัญหา ตัวแก้ปัญหาคือสติปัญญาต่างหาก แต่กำลังของสมาธิเป็นตัวเสริมต่างหาก ทำเพื่อเสริมปัญญาเท่านั้น แต่ถ้าปัญญาไม่มี เมื่อทำสมาธิแล้ว กำลังของสมาธิจะไปเสริมอะไรไม่ได้เลย

เหมือนกับ คนมีปากกา ราคาเป็นแสนเป็นล้านก็ตาม ถามว่า มีกระดาษเขียนไหม ไม่มี ไม่มีกระดาษเขียน เขียนบนอากาศจะไปมีความหมายอะไร หรือมีปากกาดี แต่เรามีความรู้ที่จะเขียนรึเปล่า ไม่มี เขียนภาษาไทยก็ไม่ได้ เขียนภาษาอังกฤษก็ไม่ได้ การมีปากกาอยู่กับเราจะไปดีอะไร ไม่มีประโยชน์อะไรเลย เอาไว้โก้ๆ อวดคนเฉยๆ ถ้าคนไม่มีความรู้การเขียน จะไปมีความหมายอะไร

การทำสมาธิก็เช่นกัน กำลังที่เกิดจากการทำสมาธิจะเอาไปทำอะไร เสริมอะไร เสริมปัญญา ปัญญาเราฝึกรึยัง ก็ไม่ได้ฝึก จึงทำอะไรไม่ได้เลย การทำสมาธิเพื่อเสริมปัญญา จึงต้องฝึกคิดไว้ก่อน หรือถ้าปัญญาไม่มี อย่างมากก็เอากำลังของสมาธิไปใช้ในทางปริยัติ ธรรมะหมวดนั้นเป็นอย่างนั้น ธรรมะหมวดนี้เป็นอย่างนี้ นี่ก็ไม่ต่างไปจากการอ่านฉลากยา อ่านแล้วก็แล้วกันไป ยาไม่มี มีแต่ฉลากเฉยๆ ยาเม็ดสีขาวสีแดงก็ไม่รู้ อ่านแต่ฉลาก จะหายามากินแก้ไข้แก้ปวดก็ทำไม่ได้

ความรู้ก็เหมือนกัน ปัญญาในภาคปริยัติมีอยู่ แต่จะเอามาปฏิบัติได้ยังไง ทำไม่ได้เลย ก็เราไม่ได้ฝึกภาคปฏิบัติเอาไว้นี่ คำว่าปฏิบัติ คือต้องมีความฉลาดจึงจะปฏิบัติได้ ต้องฝึกปัญญาให้ฉลาดรอบรู้ตามหลักความเป็นจริง คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นี่คือจุดรวมอยู่ที่นี่

ฝึกคิดบ่อยๆ พิจารณาบ่อยๆ ตรึกตรองบ่อยๆ ให้ชำนาญ งานใดบ้างที่ไม่ได้ฝึก ไม่มี ไม่ว่าจะเป็นงานทางโลก งานกีฬาทุกประเภทต้องฝึกก่อนจะลงสนาม เช่น ฟุตบอล เทนนิส เป็นต้น กีฬาปิงปอง คนจะตีลูกได้ ต้องมีสติที่ดี เขาระลึกทันต่อการตีของเขา นั่นหมายถึง สติระลึกได้

ฝึกพูดบ่อยๆ จนชำนาญในการพูด งานทุกงานจึงต้องฝึก การขับรถก็เช่นกัน ต้องฝึกจึงจะขับรถเป็น ไม่ใช่ว่า จะไปซื้อรถเบนซ์ราคาเป็นล้านมา ขับได้ไหม ขับไม่ได้ ยืนดูเฉยๆ จะไปมีความหมายอะไร ต้องฝึกขับให้เป็น ไม่ใช่เอามาโชว์เฉยๆ

นี้ฉันใด การทำสมาธิไม่ใช่ทำจิตสงบแล้ว จะมาหาความสุขแค่สบายใจประเดี๋ยวประด๋าว เดี๋ยวก็เสื่อม เสื่อมแล้วก็เข้าสมาธิใหม่วนเวียนอยู่อย่างนี้ ทำอย่างนี้ก็ตายฟรีนะสิ เพราะสมาธิไม่ใช่เรื่องของการละกิเลสตัณหา แต่ข่มกิเลสตัณหาได้ชั่วครู่ชั่วยามเท่านั้นเอง ถ้ากำลังสมาธิไม่พอ กิเลสก็ฟูขึ้นอีก ยิ่งมีกำลังมากกว่าเก่าด้วยซ้ำไป เอาไปเอามากำลังสมาธิก็จะไปเสริมกิเลสโดยไม่รู้ตัวอีกนั่นแหละ เสริมความอยาก เสริมความโลภ เสริมความโกรธ เสริมความหลงไปด้วย หลงอะไร หลงโมหะสมาธิไง หลงความสุขความสบาย เราจึงหลงทำ

กันอยู่ คนติดสุขหลงสุขโดยไม่รู้ตัวคือปัญญาไม่มี กิเลสจากทุกข์ไปอยู่ที่สุข หลบจากทุกขเวทนาไปอยู่ที่สุขเวทนา ลองดีสิจะไปได้กี่ยก เดี๋ยวก็กลับมาสู่ทุกขเวทนาตามเดิม นี่คือ เราไม่เข้าใจส่วนนี้ หลบจากทุกข์ไปหาสุข หลงสุขต่อ เป็นโมหะสมาธิต่อ

ของพื้นๆ ธรรมดา ทำไมไม่ฝึกปัญญามาละเหตุละปัจจัย กิเลสตัณหาต่างๆ ให้หมดไปจากใจ ส่วนนี้คือเราต้องฝึกสติปัญญาเอาไว้ก่อน ก่อนจะทำสมาธิมาเสริม ตัวอย่างที่อธิบายคือ พระพุทธเจ้า ไปปฏิบัติกับดาบสตั้ง 5 ปีกว่า ทำสมาธิฌานนั้นฌานนี้กลับไปกลับมาอยู่ตั้ง 5 ปีกว่า ขณะทำสมาธิอยู่เหมือนกับกิเลสตัณหาน้อยใหญ่หมดสิ้นไปจากใจ เมื่อออกจากสมาธิกิเลสตัณหาก็รุมเร้าตามเดิม คิดถึงนางพิมพาราหุลตามเดิม พระองค์ทำมาห้าปีกว่า ขนาดนั้นปัญญายังไม่เกิดจากสมาธิเลย เอาไปละกิเลสก็ไม่ได้ด้วย พระองค์จึงได้ลาจากดาบสทั้งสองไปเสีย เพื่อหาแนวทางปฏิบัติใหม่ จึงได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า

เราต้องศึกษาให้ละเอียด มีเหตุผลบ้าง จะไปทำตามสิทธัตถะกุมารไม่ได้ นั่นไม่ใช่พระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าตรัสรู้ที่ต้นโพธิ์ ท่านทำยังไงบ้าง ต้องดูตัวนี้ พระพุทธเจ้าท่านฉลาด สิ่งใดเป็นยังไง ท่านแยกไว้แล้ว แต่เราไม่แยกเฉยๆ เอาทั้งดุ้นไปเลยได้ยังไง เวลาที่ท่านเป็นพระพุทธเจ้าสมบูรณ์แล้ว เวลาท่านประกาศศาสนา ท่านทำยังไง สอนปัญญาเป็นหลักยืนตัวไว้ก่อน เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปโปเริ่มต้นจุดนั้นมา จะรักษาศีล ปัญญาก็ต้องมาก่อน ปัญญามาศึกษาศีล จะทำสมาธิ ปัญญาก็ต้องศึกษาสมาธิก่อนสิ จึงทำสมาธิต่อไป

ต้องเข้าใจก่อนว่า ปัญญาคืออะไร ศีลคืออะไร สมาธิคืออะไร ไม่รู้เรื่องเลย พระพุทธเจ้านำมรรคแปดไปสอนพุทธบริษัทในครั้งพุทธกาล จนคนได้บรรลุมรรคผลนิพพานเป็นจำนวนมาก ก็นำมรรคแปดนี่แหละไปสอน

หลักปัญญาที่ว่ามา ไม่ได้เกิดจากสมาธิ เกิดจากการคิด วิจัย วิจารณ์ตามเหตุผล ปัญญามันอยู่ตรงนี้ การทำสมาธิเป็นตัวเสริมเท่านั้น หลวงพ่อไม่ได้ให้ทิ้งนะ ให้เอา ให้ทำ ให้ทำสมาธิขั้นพื้นๆ ก่อน เอาความตั้งใจมั่นให้เป็นก่อน เดี๋ยวนี้ เราศึกษาสมาธิไม่เข้าใจ คำว่าสงบ มันผิดได้นะ มันถูกได้นะ เป็นมิจฉาได้ เป็นสัมมาได้ ลักษณะสมาธิเป็นสัมมา เรารู้รึยัง ก็ยังไม่รู้ เพราะปัญญาเราไม่มี หรือสมาธิเป็นมิจฉาทิฏฐิความเป็นผิด ก็ไม่รู้จักอีก เพราะปัญญาไม่มี ความสงบเป็นมิจฉาก็ได้ เป็นสัมมาก็ได้ ต้องวางหลักให้เป็นในภาคการศึกษาจึงจะนำมาปฏิบัติ

ลักษณะสมาธิความตั้งใจมั่นเป็นอย่างไรก็ไม่รู้เรื่อง พูดได้คำเดียวคือสงบ สงบ สงบนั่นแหละ คำว่า สงบเป็นของทำยากด้วย ไม่ใช่ของง่ายๆ นะ การทำสมาธิความสงบได้เป็นนิสัยของคนกลุ่มหนึ่ง คือพวกนิสัยเจโตวิมุติ ทำความสงบได้ เป็นพระอริยเจ้าลักษณะอย่างนั้น

พระอริยเจ้าในสมัยครั้งพุทธกาล เป็นพระอริยเจ้าได้ด้วยสมาธิตั้งใจมั่น ใช้ปัญญา กลุ่มปัญญาวิมุติ มีจำนวนมหาศาล มีถึง 70 เปอร์เซนต์ในสมัยครั้งพุทธกาล เราไม่เคยศึกษาเรื่องนี้ จึงทำไปมุ่งแต่สมาธิความสงบเพียงอย่างเดียว

ถ้าเรามีนิสัยปัญญาวิมุติ แต่ไปทำเจโตวิมุติ ทำได้ไหม ทำไม่ได้

เราจะไปทำตามนิสัยเจโตวิมุติ สมาธิความสงบไม่ได้เลย ผู้มีนิสัยปัญญาวิมุติ จะทำสมาธิได้แค่ตั้งใจมั่นเท่านั้น จะทำสมาธิความสงบไม่ได้

ผู้มีนิสัยทำสมาธิความสงบได้ นั่นคือเจโตวิมุติ ต้องศึกษาตนเองบ้างสิ ว่าเรามีนิสัยปัญญาวิมุติ หรือเจโตวิมุติ ต้องศึกษาตนเองให้เป็นก่อน ว่าจะหันเหไปทางทิศไหน จึงจะปฏิบัติไปตามทิศนั้น เรามีนิสัยอย่างไรก็ต้องปฏิบัติไปตามนั้น จึงจะกลายเป็นพระอริยเจ้าได้

นี่แหละ ให้พวกเราทั้งหลายได้ตั้งกลุ่มขึ้นมา ให้ข้อคิดความเห็นซึ่งกันและกัน ใครมีสติปัญญาให้แสงสว่างแก่หมู่คณะได้ก็ว่ากัน คือดึงกันเอง ช่วยกันเอง ฆราวาสช่วยกันเองมันชัดเจน ปัญญาต่างๆ เปิดเผยได้ บางคนปัญญามีอยู่ แต่แก้ตัวเองไม่ได้ จึงต้องให้เพื่อนฝูงช่วยให้อุบาย เป็นวิธีชี้แนะหลักการปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหา

ถ้าพระนั่งอยู่ด้วยก็ไม่กล้าพูด อายพระ ปัญหาฆราวาส ปัญหาโลกแตก ให้ว่ากันเอง อย่าไปห่วงการหลับนอน มันหลับมานานแล้ว ช่วงเวลาที่มีอยู่ 3 วันนี้ก็ตั้งใจเต็มที่ เหมือนกับฝนที่ตกลงมาเพียง 3 วันนี้ พยายามหากระถางรองรับให้มากๆ ก็แล้วกัน ถ้าปล่อยผ่าน 3 วันนี้ไปแล้ว ปีหน้าก็ค่อยว่ากันใหม่ กระถางเปล่า มันก็จะแห้งไปก่อนกระถางนั้น ตอนนี้ให้นำโอ่ง กระถาง มารองรับ เหตุผลต่างๆ นำไปปฏิบัติ เตรียมตัวรองรับทุกอย่าง 3 วันนี้ ถ้ายอมแพ้กันเป็น ก็จะรับกันได้เลย ถ้านำอัตตาเข้ามา ก็จะมีปัญหา ถ้าไม่มีอัตตา ยอมแพ้กันเป็นทุกอย่างจะราบรื่น นุ่มนวลในการปฏิบัติธรรม การอธิบายธรรมะวันนี้ก็สมควรแก่กาลเวลา

6 พฤศจิกายน 2542

การอบรมปฏิบัติครั้งนี้มีระยะเวลาอันสั้น ผู้ที่มาก็พยายามตักตวง กอบโกย จดจำ นำอุบายธรรมทั้งหมด เพื่อที่จะเปลี่ยนความคิดเห็น ซึ่งกันและกัน นั้นจะแก้ปัญหาได้อย่างไรก็ต้องนำไป เพราะทุกคนเป็นตัวสร้างปัญหา ให้แก่ตนเองและสังคม ฉะนั้นการภาวนาปฏิบัติต้องฝึกตนเอง ไม่ใช่จะไปบ่นธรรมะนั้น บาลีนี้ แล้วให้ปัญหาหมดไปเหมือนกับกินยาพาราเซตมอล มันไม่ใช่อย่างนั้น หรือจะอบยาให้ยาซึมเข้ามาทั้งหมด ไม่ใช่อย่างนั้น

อบรมธรรมปฏิบัติ จุดเริ่มต้นต้องอาศัยจากครูบาอาจารย์ หรือท่านผู้รู้ทั้งหลาย เป็นผู้ให้ข้อคิด เป็นผู้ให้เหตุผลในการอบรม ไม่ใช่ว่าจะจำเอาอย่างเดียวนะ จำอย่างเดียวทำอะไรไม่ได้ อุบายประกอบในการอบรมมีอะไรเป็นเหตุ อะไรเป็นผล มีหลักการและวิธีการอบรมอย่างไรต้องจดจำวิธีการนั้นๆ เอาไว้ เมื่อไปถึงบ้านหรือที่แห่งใดก็ดี เมื่อประสบปัญหาอะไรขึ้น ก็สามารถนำเอาอุบายนั้นมาแก้ปัญหาตนเองได้นั่นคือ เราเองอบรมตัวเองให้ได้ อย่าหวังให้ครูบาอาจารย์ อบรมเราเพียงอย่างเดียว นั่นไม่พอ ครูบาอาจารย์มีหน้าที่เป็นผู้ชี้แนะ ให้อุบายวิธีการอบรมเท่านั้น เราก็รับเอาหลักการ อุบาย นำมาอบรมตัวเองให้ได้การอบรมตนเองให้ได้ ผู้นั้นต้องมีปัญญาที่ดีก่อน ถ้าปัญญาไม่ดีไม่สามารถจะอบรมตนเองได้เลย เพราะใจตนเองมีพี่เลี้ยงอบรมใจมายาวนาน เขาอบรมใจมาร้อยกับปพันกัลป์ในอดีต นั้นคืออารมณ์ของกิเลสตัณหา มันฝังใจเรา เดี๋ยวนี้ใจเรากับกิเลสตัณหามันมีความเคย

ชิน มีความสนิทสนมคุ้นเคยจนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันว่า อะไรเป็นใจ อะไรเป็นกิเลสตัณหา มันปนกันจนไม่รู้เลย ถ้าพูดเรื่องใจ ก็ต้องพูดเรื่องกิเลสด้วย ถ้าพูดเรื่องกิเลส ก็ต้องพูดเรื่องใจด้วย เพราะมันอยู่ปนกัน

เหมือนกับน้ำทะเล อยู่มายาวนานจนเป็นน้ำเค็ม น้ำเค็มของทะเลก็มีส่วนบริสุทธิ์อยู่ในนั้นด้วย แต่ก็กลมกลืนกันแล้ว เราตักมาแก้วไหนก็เค็มแก้วนั้น ทุกคนก็เลยเหมาไปว่า น้ำทะเลเค็ม มันเค็มเพราะอะไร เพราะตัวเค็มมันมากกว่าน้ำจืด ถ้าน้ำจืดน้ำเค็มมีส่วนสัดเท่ากันก็จะเป็นน้ำกร่อย ทีนี้น้ำทะเลมีน้ำเค็มมากกว่าน้ำจืด เราก็เลยเหมาว่าน้ำทะเลเค็ม แท้จริงแล้วถึงจะเค็มแต่ก็มีน้ำจืดแฝงอยู่ด้วย นี้ฉันใด ใจที่สะสมอยู่กับกิเลสตัณหามาร้อยกัปพันกัลป์ สะสมกันมาจนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ใจอยู่ที่ไหนกิเลสอยู่ที่นั้น ใจอยู่ที่ไหนตัณหาอยู่ที่นั้น เราไม่สามารถแยกแยะได้ว่า อะไรเป็นใจ อะไรเป็นกิเลสตัณหาได้เลย แยกไม่ได้เพราะเราไม่มีเครื่องมือที่จะแยก

เหมือนกับน้ำทะเล ถ้าเรามีเครื่องมือก็จะสามารถแยกออกได้ว่านี่คือส่วนของน้ำเค็ม นี่คือส่วนของน้ำจืด เมื่อแยกได้ก็สามารถนำส่วนของน้ำจืดมาดื่มได้เลย นี้ฉันใด ถ้าเรามีสติปัญญาที่ดีก็สามารถแยกใจกับกิเลสตัณหาออกจากกันได้ คือ สติปัญญาแยกได้ว่า ลักษณะใจเป็นอย่างไร กิเลสเป็นอย่างไร การแยกนี้ต้องดูเหตุ คือหลักการวิธีการแยก ไม่ใช่จะเอาผลมาแยกกัน การแยกผลเหล่านี้มันแยกประเดี๋ยวประด๋าวเดี๋ยวก็เข้าหากันใหม่ เพราะมันเกิดความเคยชินกันมายาวนาน มันห่วงกัน มันหวงกัน เพราะอุปาทาน ความยึดมั่นซึ่งกันและกัน แต่เราไม่รู้ตัว

เราว่ายึดมั่นอย่างไร ใจยึดกิเลส ใจยึดตัณหา มันยึดอย่างไร มันละเอียดอ่อนถี่ยิบทีเดียว ปัญญาเราหยาบๆ ยังแยกไม่ได้ หรือจะไปเตรียมศึกษา ธรรมะปฏิบัติจากตำรา ธรรมะหมวดนั้น เป็นอย่างนั้น ธรรมะหมวดนี้เป็นอย่างนี้ ไม่สามารถจะแยกแยะตัวละเอียด ของกิเลสตัณหาภายในใจได้เลย เพียงรู้แต่ผิวเผินเท่านั้นเอง

ฉะนั้นทุกคนคงเคยได้ยินครูบาอาจารย์ทุกท่าน เวลาเทศน์ที่ไหนก็จะได้ยินคำหนึ่งเป็นหลักยืนตัวว่า ให้พากันละความโลภนะ ให้พากันละความโกรธนะ ให้พากันละความหลงนะ เราจะได้ยินคำนี้มาหนาหูจนหูชามาจนถึงปัจจุบัน พากันละโลภโกรธหลง เพราะท่านพูดไปตามหลักการ ถ้าละได้จริงเหมือนท่านพูดมันก็ดี พูดไปตามหลักการที่มีอยู่ แต่ผู้เทศน์ก็ยังละไม่ได้หรอก ก็ยังมีความโลภ ความโกรธ ความหลง อยู่นั่นแหละ แต่หน้าที่ของพระเทศน์ ต้องเทศน์ตามหลักการและวิธีการ ไม่ใช่พระที่บวชเข้ามาทุกองค์ จะละโลภโกรธหลงทั้งหมด ยังไม่ใช่ การละโลภโกรธหลงได้ เป็นหน้าที่ของพระอริยเจ้าเท่านั้นเอง ปุถุชนธรรมดาไม่ว่าจะเป็นพระ หรือเป็นฆราวาส ยังไม่สามารถละโลภโกรธหลงได้ แต่วิธีข่มความโลภความโกรธความหลงข่มได้ แต่ก็ไม่ขาด จะให้ละให้หมดไปสิ้นไปจากใจทำไม่ได้ ยังมีเชื้ออยู่ เพียงแต่ข่มได้บรรเทาได้ ไม่ให้เกิดความรุนแรง

การจะละความโลภได้ ต้องวางพื้นฐานแนวความคิด คือปัญญา เหตุให้เกิดความโลภคืออะไร ต้องนำปัญญามาศึกษาผลของความโลภ โลภขึ้นมาแล้วใจเราเป็นอย่างไร ต้องมาศึกษาใจตนเอง เพราะความโลภอยู่ที่ใจ สังเกตใจดูว่ามีความกระสันฟั่นเฟือนอย่างไร

มีความร้อนใจอย่างไร นี่คือผล แสดงออกทางใจ จึงได้วิ่งตามความโลภของตนเอง

ความโลภนี้ ฐานของมันอยู่ที่ไหน เหตุของมันคืออะไร นั่นหมายถึงตัณหา ตัวตัณหาเป็นฐานใหญ่ให้เกิดความโลภ ถ้าเป็นบริษัทก็เป็นบริษัทที่สามารถผลิตความโลภได้เต็มที่ ผลิตความโกรธได้เต็มที่ ผลิตความหลงได้เต็มที่ ถ้าจะพูดตามภาษาสมัยใหม่ก็เรียกว่า บริษัทสมุทัยจำกัด เป็นบริษัทประจำโลก อันดับโลกก็แล้วกัน ไม่มีบริษัทใดจะใหญ่เสมอกับบริษัทสมุทัยอันนี้ มันผลิตได้ทุกแง่ทุกมุม โดยผลิตตัวหลักไว้สามตัว นั่นคือ กามตัณหา กามตัณหาเป็นหลักใหญ่แต่ตัวปลีกย่อยมีมหาศาล มันผลิตความโกรธขึ้นมาอีก ผลิตความหลงขึ้นมาอีก นี่คือหลักใหญ่ของบริษัทนี้

ทีนี้เราจะมาแก้ไขปัญหาของเครื่องจักรเครื่องกลของบริษัทนี้ให้หยุดทำงานหรือผลิตน้อยลง จะทำอย่างไร ความโลภตัวเดียวมาจากตัณหา ตัณหาอะไรสนับสนุน คือ กามตัณหา กามตัณหาตัวนี้เป็นตัวใหญ่ เป็นได้ทั้งรูปธรรม และนามธรรม เราต้องหาหลักฐานมาลบล้างมาหักล้างกัน พยายามทำลายหรือปิดช่องโหว่ให้มากที่สุด เพื่อไม่ให้เกิดความโลภรุนแรง ถึงจะมีปัญหาก็ให้มีไป แต่ความโลภก็ให้ลดลงเหมือนบั้งไฟจะขึ้นได้สูง ก็เพราะกำลังของดินปืนในบั้งไฟ นี้เช่นเดียวกัน ตัณหาถ้ามีกำลังแรงขึ้นเมื่อไร ก็จะพุ่งเป็นความโลภสูงเช่นเดียวกัน

เราจึงต้องศึกษา จะละความโลภอย่างเดียวละไม่ได้ เหมือนกับละความร้อน ตัวอย่างเช่น หม้อน้ำที่กำลังเดือดพล่าน เราต้องการให้

มันเย็น จะเอาน้ำแข็งก้อนมหึมาไปโยนใส่เข้าไป ถึงโยนไปใส่ก็เย็นประเดี๋ยวประด๋าว เดี๋ยวก็ร้อนขึ้นอีก โยนน้ำแข็งเข้าไปใหม่ อีกไม่นานก็ร้อนขึ้นอีก ทำอย่างนี้จนตายก็ไม่เย็น เพราะไปดับปลายเหตุ เราต้องมีความรอบคอบรอบรู้ว่า มันร้อนขึ้นมาเพราะอะไร อะไรเป็นเหตุให้ร้อนก็ต้องมีความรอบรู้ว่า เกิดจากความร้อนของถ่าน เตาแก๊ส ถ้าเราปิดแก๊สซะแล้ว หม้อนั้นก็ไม่จำเป็นต้องไปใส่น้ำแข็ง หม้อนั้นก็จะเย็นลงได้ หรือหากมีถ่านมีไฟ เราก็พยายามเอาถ่านออกมา ดับไฟซะ ถึงจะทำลายไม่หมด ก็ดีกว่าจะให้มันร้อนตลอดไป นี่คือวิธีทำน้ำร้อนให้เย็น ไม่ใช่จะไปเป่าน้ำร้อนให้เย็น

นี่ก็เช่นกัน การจะละความโลภ ครูบาอาจารย์บอกว่า ให้พากันละความโลภความโกรธความหลง บอกกันก็บอกได้ แต่มันมีหลักการวิธีการ ศึกษาว่า ที่มาของความโลภคือตัณหา ให้เข้าใจ ตัณหาความอยากเป็นตัวอำนวยให้เกิดผล ตัณหาตัวนี้ ต้องใช้ให้เป็น เพราะเป็นดาบสองคม ถ้าใช้เป็นตัณหาตัวนี้จะพาคนให้ไปสู่มรรคผลนิพพานได้ ถ้าใช้ไม่เป็น ตัณหาจะพาคนสู่นรกอบายภูมิได้ ผู้จะศึกษาตัณหาได้ ผู้นั้นต้องมีสติปัญญาที่ดี ถ้าสติปัญญาไม่ดีถึงจะมีความรู้ก็รู้ไปเถอะ ทำอะไรไม่ได้

เหมือนการเดินทางในที่มืด คนเดินทางก็ตาบอด ถือไฟฉายที่มีแสงสว่างก็ถือไปเถอะ ไม่มีประโยชน์อะไรเลย หรือตาบอดแล้วก็ใส่แว่นตาดำเข้าไป แว่นตาราคาเป็นหมื่นเป็นแสน ก็ไม่มีความหมายอะไร นี่ก็เช่นกัน ความรู้ที่เราศึกษามาทั้งหมดนั้น ถ้าเราปัญญาไม่ดีแล้วก็ไม่สามารถเอาความรู้ปริยัติมาละความโลภได้ เพราะเป็นความรู้

ภาคทฎษฎี เหมือนลิงได้เพชร มีความรู้ แต่เอาความรู้ไปแก้ปัญหาตนเองไม่ได้ นั่นเพราะปัญญาไม่มี การฝึกจะฝึกอย่างไร ความจริงแล้วปัญญาเรามีทุกคน แต่ปัญญาเราไม่ได้ฝึก ได้แต่คิดไปตามกระแสโลกอยู่ตลอดเวลา ตั้งแต่กัปนั้นจนถึงปัจจุบันนี้ เหมือนมีปากกาปากเดียว เขียนแต่คดีโลกอย่างเดียว เขียนทางโลกได้ทั้งหมด แต่จะเอามาเขียนทางธรรม ไม่ได้เลย เพราะอะไร เพราะผู้นั้นไม่ได้ศึกษาธรรมะเอาไว้จึงเขียนไม่ได้

นี้ฉันใด ปัญญาเราคิดทางโลกคิดได้ชัดเจน ถึงไหนถึงกัน แต่จะมาคิดทางธรรมคิดไม่ได้ เพราะไม่ได้ฝึกเอาไว้ คำว่าปัญญาเกิด เราตีความหมายไม่เป็น คำว่าปัญญาเกิด คือเกิดความเข้าใจ ตามหลักเหตุและผล ตามหลักความเป็นจริงในสัจธรรม ว่าสิ่งนั้นเป็นอย่างไรสิ่งนี้เป็นอย่างไร เหตุเป็นอย่างไร ผลเป็นอย่างไร ต้องเห็นความจริงตัวนี้รู้ความจริงตัวนี้

คำว่าเกิด คือเกิดความเข้าใจตามหลักความเป็นจริง ที่มีอยู่ในโลกนี้ ที่มีอยู่เป็นอยู่กับตัวเราทั้งหมด และรู้สิ่งรอบข้างรอบตัว ทั้งเขาทั้งเราด้วย นี่คือเห็นสภาพความเป็นจริงของโลก การศึกษาธรรมะคือมาศึกษาโลกนี้ก่อน เพราะโลกกับธรรมอยู่ด้วยกัน แยกกันไม่ได้ ของสิ่งเดียวกันนี่แหละ เป็นทั้งโลกเป็นทั้งธรรม ขึ้นอยู่กับตัวแยกแยะทางสติปัญญาจะไปในทิศทางไหน ถ้าหันไปทางโลก ก็เป็นโลกไป ถ้าหันไปทางธรรมก็เป็นธรรมไป

ตัวอย่างเช่น รูปธรรม รูปธรรมตัวเดียวนี้ ถ้าใช้ความคิดทางโลกก็เป็นโลกไป เกิดความรักความยินดีใน รูป เสียง กลิ่น รส

โผฏฐัพพะ ทั้งหมดเลย เข้าทางของกิเลสตัณหาทั้งหมด เพราะปัญญาเราเป็นไปในกระแสโลกอย่างเดียว ความคิดต่างๆ ก็เป็นไปตามกระแสโลกนี้ทั้งหมด เราจึงเรียกว่า ความคิดเป็นดาบสองคม คิดอย่างหนึ่งเป็นไปในทางลบ คิดอีกด้านหนึ่งเป็นไปตามทางบวก คิดทางบวกเป็นอย่างไร คือเอารูปตัวเดียว นำมาวิจัยวิจารณ์ว่า เกิดจากอะไร ก็ตัณหานั่นแหละเป็นฐานให้เกิด ตัวสมุทัยเป็นฐานกำลังใหญ่ เรียกว่า จิตสังขาร

เมื่อจิตสังขาร สร้างรูปขึ้นมา มันสร้างอย่างไร อันนี้เราตอบไม่ได้ เพราะปัญญาเราหยั่งไม่ถึง มันละเอียดอ่อน อันนี้เป็นปัญญาของผู้ที่จะเป็นอริยเจ้าจึงจะรู้ได้ เพราะปัญญาเขาละเอียดพอ เราในฐานะผู้ปฏิบัติ ต้องเอาปัญญาอย่างหยาบ เอาดูรูปง่ายๆ ก่อน เพราะรูปตัวนี้ทำให้หลงตนได้ และผู้จะไปสู่มรรคผลนิพพาน ก็ใช้รูปนี้แหละเป็นฐานการใช้ปัญญาพิจารณา ให้มองเห็นที่มาของรูปนี้ว่าเป็นอย่างไร ให้มองรูปตนเองเป็นไปในทางลบ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มองว่าความไม่เที่ยงของรูปเป็นอย่างไร

ให้แยกออกมาแต่ละส่วนคือขันธ์ห้านี้ เมื่อปัญญาเราหยั่งไม่ถึงขั้นละเอียดคือ นามธรรม ถึงจะพิจารณาก็ไม่ได้ผลอะไร เหมือนกับตาบอดแล้วไปหาสิ่งของนั่นแหละ หายังไงก็หาไม่เจอ เพราะตาไม่เห็น ไม่สว่าง สายตาสั้น เอาหยาบๆ ไปก่อน ในขันธ์ห้ามี รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ในการปฏิบัติก็ต้องแยกพิจารณารูปก่อน เอาปัญญามาฝึกพิจารณารูปก่อน ให้มองลักษณะอนิจจัง มองอย่างไร ร่างกายเราเปลี่ยนแปลงตั้งแต่วันเกิดจนถึงปัจจุบัน เปลี่ยนแปลง

อย่างไรบ้าง แต่ก่อนยังเป็นเด็ก นั่งนอนอยู่ในเบาะในเปล ต่อมาก็มีการพัฒนาของสังขาร กลายเป็นนักเรียน วัยรุ่น วัยหนุ่มสาวขึ้นมา มีครอบครัวลูกหลาน นั่นคือสังขารแต่ละยุคแต่ละวัย มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้างรูปนี้ เราก็สามารถมองไปสู่อนาคตได้ อดีตมาถึงปัจจุบันนี้เป็นอย่างนี้ เราก็มองปัจจุบันนี้สู่อนาคตนี้ ธาตุขันธ์ก็จะไม่คงเส้นคงวา ยิ่งนานไปสังขารร่างกายทุกสัดส่วน ก็จะล่วงเลยไปตามกาลเวลาของธาตุขันธ์นั้นๆ ไม่แตกต่างกัน

เหตุนั้นในสมัยครั้งพุทธกาล เศรษฐีผู้มีเงินมหาศาล ก็นำเงินมาพิจารณาว่าเป็นเครื่องอาศัยประจำชีวิตหนึ่งเท่านั้น ไม่ผูกพันกับสิ่งเหล่านี้ นี่เป็นอุบายในการละความโลภไปในตัว เพราะเข้าใจว่าเป็นเพียงวัตถุอาศัย มีเพื่อใช้สอยเท่านั้นไม่หวังอะไร พูดง่ายๆ ว่า ถึงจะมีมากขึ้นกว่านี้ ใจเราก็ปฏิเสธได้ทั้งหมดว่า อีกไม่กี่วันเดือนปี สิ่งทั้งหมดนี้ก็ต้องพลัดพรากจากเราไป หากเรายังมีชีวิตอยู่ วัตถุสมบัตินี้ก็อาจพลัดพรากจากเราไปก่อนก็ได้ เช่น ถูกไฟไหม้บ้าง น้ำท่วมบ้าง ถูกโจรปล้นบ้าง และอีกมากมาย ในขณะที่เรามีชีวิตอยู่ก็มีการเปลี่ยนแปลงไปได้ หรือเมื่อเราตายไปสมบัติของโลกก็ยังมีอยู่ต่อไป ไม่ไปติดใจกับสิ่งเหล่านี้ นี่คือนักปฏิบัติผู้ถอนตัวออกจากโลก ไม่ไปยึดกับโลกนี้

ถ้าไปยึดติดกับสิ่งเหล่านี้อยู่ ก็คือ การยึดติดกับโลกนั่นแหละ สำหรับผู้ภาวนาปฏิบัติผู้จะหนีจากโลก ก็ต้องหาวิธีแก้ไม่ให้ยึดติดกับโลกนี้ แค่วัตถุสมบัตินี้ เรายังปล่อยวางไม่ได้ ส่วนกิเลสตัณหาละเอียดมากกว่านี้ เราจะปล่อยวางได้อย่างไร ก็ทำได้ ถ้ามีปัญญาที่ดี

ละเอียดอ่อนมากขึ้น เราต้องเอาปัญญาพื้นๆ มาแก้จุดหยาบๆ ให้ได้ก่อน นั่นคือรูป รูปกายที่เรามีอยู่ และรูปภายนอกที่เรามีอยู่ ผู้จะบรรลุเป็นพระอริยเจ้าภูมิธรรมพระโสดาบัน เขาละเพียงความโลภเท่านั้น ที่อธิบายมาเมื่อกี้เป็นอุบายละความโลภ นี่เป็นจุดเริ่มต้นของภูมิธรรมพระโสดาบัน ภูมิธรรมพระโสดาบันยังละความโกรธไม่ได้ ละความหลงไม่ได้ ความหลงหยาบๆ พอจะละได้อยู่ แต่ความหลงอย่างกลางและอย่างละเอียดละไม่ได้เลย ภูมิธรรมพระโสดาบันละราคะไม่ได้มีเหมือนคนธรรมดาทั่วไป มีการแต่งงานมีคู่ผัวตัวเมีย มีลูกหลานเต็มบ้านเต็มเมืองเหมือนคนธรรมดา มีกำหนัดผูกพันยินดีอยู่เหมือนคนธรรมดานั่นเอง สิ่งเหล่านี้เราอย่าเพิ่งไปแตะต้องมัน เรายังละไม่ได้ คนธรรมดาถ้าไม่มีเครื่องมืออะไรจะไปละไม่ได้เลย

เหมือนกับเรามีผ้าสกปรก คราบสกปรกนั้นได้ฝังลงไปในเนื้อผ้าแล้ว จะไปซักด้วยน้ำธรรมดามันไม่ได้ ถึงจะไปทุบไปตีไปซัก ก็ไม่สามารถจะขจัดเอาสิ่งสกปรกออกจากเนื้อผ้าได้เลย เพราะเราไม่มีสบู่ที่ดี น้ำธรรมดาเอาออกไม่ได้ เราต้องหาเอาวิธีอื่น สบู่อย่างอื่น ผงซักฟอกอย่างอื่น มาซักใหม่ นี่ให้พวกเราปฏิบัติขั้นหยาบๆ ไปก่อน เพียงซักน้ำธรรมดาและตากผ้าไว้ ก็พอใส่ได้ นี่คือภูมิธรรมโสดาบันยังละราคะไม่ได้ ละความโกรธไม่ได้ แต่ก็มีวิธีพอบรรเทาได้ ไม่ให้เกิดความรุนแรง

ทีนี้ อุบายบรรเทาความโกรธ ทำอย่างไร ซึ่งสิ่งนี้คนธรรมดาทำได้ ลักษณะบรรเทาความโกรธมี 2 วิธี

1.ผู้ทำสมาธิมีความสงบหนักแน่นแล้ว เป็นรูปฌาน อรูปฌาน

เมื่อทำสมาธิเป็นฌานแล้วก็พอบรรเทาความโกรธลงได้ หรือข่มความโกรธเอาไว้ได้ ถ้าไม่มีอะไรจริงจังเกิดขึ้นมา ก็ไม่มีความโกรธ เพราะสมาธิบังคับไว้ ละไม่ได้แต่พอบังคับไว้ได้

2. สำหรับผู้ที่ไม่สามารถทำสมาธิความสงบได้ เข้าฌานไม่ได้ มีวิธีแก้ไขให้ความโกรธเบาบางลง โดย สมมติว่าเรามีความไม่พอใจกับของสิ่งใด แล้วเกิดความโกรธขึ้น เช่น ไม่พอใจเพื่อนฝูง หน้าที่การงาน โกรธเจ้านายที่บังคับเรา หรือเกิดขึ้นกับลูกหลาน เหตุต่างๆ มีมาก แต่เมื่อโกรธขึ้นแล้วให้ทำอย่างไร

อันดับเบื้องต้น ให้หาวิธีอยู่นิ่งๆ สักระยะหนึ่ง จะเดินก็ได้ นั่ง ยืน หรือนอนก็ได้ สมมติว่า นาย ก นาง ข มันว่าเราเจ็บแสบ จนเกิดความโกรธขึ้นมา เรื่องจริงหรือไม่ ไม่สำคัญ เราจะไปเอาแพ้ชนะ มันเจ็บใจ จะไปตอบโต้ เราไม่สนใจว่าจะเป็นเรื่องจริงหรือไม่ เขาอาจพูดผิดก็ได้ แต่เราจะไม่สนใจความผิดของเขา หรือเราผิดก็ได้แต่เราไม่สนใจความผิดของเรา เราจะสนใจแต่ความโกรธที่กำลังเกิดอยู่ในปัจจุบัน นั่นคือ ให้มีสติ กำหนดระลึกรู้ความโกรธเฉพาะตัว หายใจเข้าระลึกรู้อยู่ก็ตาม หายใจออกระลึกรู้อยู่ก็ตาม ลักษณะความโกรธที่เกิดขึ้นอยู่ขณะนี้ มีความรุนแรงระดับไหน ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะระลึกรู้อยู่ว่า เป็นอย่างนี้หนอ เป็นอย่างนี้หนอ ข้อสำคัญ เราอย่าไปนึกถึงเหตุที่ทำให้เกิดความโกรธนั้นๆ เหตุภายนอกอะไรตัดทิ้งหมด เราจะไม่ระลึกถึงเหตุนั้นๆ ให้มีสติระลึกรู้ถึงความโกรธเพียงอย่างเดียว ถ้าไประลึกถึงเหตุเมื่อไร ก็จะวูบวาบขึ้นมาทันที เหมือนกับเทน้ำมันก๊าดเข้าไป ต้องตัดเหตุออกไปที่ทำให้โกรธ เรื่องเราผิดเขาถูกไม่สำคัญตัดออกให้

หมด นี่คือหลักสติระลึกความโกรธโดยเฉพาะ ดูว่าความโกรธที่เราระลึกรู้อยู่ในขณะนี้ มีความรุนแรงอยู่นี้ เอาลักษณะความรุนแรงของความโกรธเป็นอารมณ์ต่อ รู้อย่างเดียว จะแรงก็แรงไป หายใจเข้าก็รู้ว่าความโกรธเป็นลักษณะอย่างนี้ หายใจออกก็รู้ว่าความโกรธเป็นลักษณะอย่างนี้ อย่าไปเผลอ ถ้าเรามีสติกำหนดระลึกรู้อยู่อย่างนี้ความโกรธที่เรามีอยู่ก็จะค่อยๆ ลดลง

เหมือนเรานำกระปุกน้ำเกลือ หยดลงใส่ก้อนถ่านก้อนหนึ่ง ปล่อยน้ำไหลเหมือนกับให้น้ำเกลือคนป่วย ปล่อยไหลลงไปแต่ละหยดแต่ละหยด พอนานเข้าถ่านไฟแดงๆ ก็จะเปลี่ยนสีจากสีแดง เป็นสีเทาสีขาว เพราะน้ำแต่ละหยดนี่เอง อีกไม่กี่นาทีข้างหน้า ถ่านไฟก็จะหมดสภาพไปเอง ถึงเชื้อไฟยังมีอยู่ก็ตาม แต่ก็หมดสภาพไป นี้ฉันใด ถ้าเรามีสติระลึกรู้ความโกรธของตัวเองอยู่อย่างนี้ ความโกรธก็จะเบาลง เบาลง จนถึงสภาพจิตธรรมดา

เมื่อสภาพจิตเป็นธรรมดาแล้ว เราจะระลึกรู้นำมาพิจารณาด้วยปัญญา ในช่วงแรกเอาปัญญาเก็บไว้ก่อน คือบังคับให้อำนาจความโกรธลดลงก่อน ให้อยู่เป็นปกติก่อน เมื่อจิตเป็นปกติแล้วจึงนำปัญญาแทรกขึ้นมาอีกที ใช้ปัญญาพิจารณาว่า ใจเราใจดวงเดียวนี้ เวลามีความโกรธเป็นอย่างไร รสชาติความโกรธเราก็รู้แล้วในขณะนี้ แต่บัดนี้ความโกรธทุเลาลงใจเป็นอย่างนี้ นำมาบวกลบคูณหารกันดูว่า ใจดวงเดียวนี้ โกรธเป็นอย่างนี้ พอทุเลาลงเป็นอย่างนี้ เห็นคุณค่าอย่างนี้

ในช่วงนี้ เราจะอาศัยเหตุเบื้องต้นว่า วันต่อไป เดือนต่อไป ปีต่อไป ลักษณะความโกรธจะมีแก่เราหรือไม่ แน่นอนต้องมี จึงต้องหา

วิธีป้องกันก่อนว่า ไม่ให้ความโกรธเกิดขึ้นกับเรา หรือเกิดขึ้นน้อยที่สุด ต้องหาวิธีป้องกันตัวเอง เอาฐานความโกรธปัจจุบันนี้ มาพิจารณาให้เห็นโทษความโกรธของตัวเองว่า เราโกรธเอง เราทุกข์เองคนเดียว เราไม่สบายคนเดียว สอนใจตัวเองว่า เหตุให้โกรธคืออะไร นำมาพิจารณาได้ เราสามารถดึงเหตุต่างๆ มาพิจารณาได้ ขณะความโกรธรุนแรงอยู่อย่านำเหตุมาประกอบ

เหมือนกับว่า การสอนลูก อย่าไปสอนลูกตอนลูกมีความรุนแรงมันไม่ได้ผล ต้องสอนตอนลูกใจเย็นลงก่อนพ่อแม่เย็นลงก่อนจึงจะได้ผล นั่นคือ ปัญญาจะสอนใจก็ต้องให้เรื่องความโกรธคลายความรุนแรงไปก่อน ดังนั้นความโกรธการรุนแรงต่างๆ ต้องหาวิธีปกป้อง หาวิธีลดให้ได้

เหมือนจะรักษาคนป่วย เมื่อมีอาการไข้สูง เขาจะไม่นำยารุนแรงให้กิน ไม่นำยาแก้ไข้ให้กิน เขาจะนำยาลดความร้อนให้กิน เมื่อความร้อนลดลงแล้ว จึงนำยาแก้ไข้ให้กินทีหลัง นี่คือการรักษาโรคหลักภาวนาก็เช่นเดียวกัน ต้องบรรเทาความร้อนให้ลดลงก่อน การใช้ปัญญาพิจารณาจึงตามมาทีหลัง

ความโกรธเกิดขึ้นเพราะอะไร เพราะเราไปยึดกับสิ่งนั้น เราไม่พอใจกับสิ่งนั้นบ้าง สิ่งนี้บ้าง มันมีในตัวเราเอง เราจึงสอนใจได้ว่า สิ่งใดที่เกิดขึ้นกับเรา เราต้องรู้จักเหตุที่มาของมัน พยายามตระหนักไว้ก่อน ดักไว้ก่อน ไม่ใช่จะเอาทั้งหมด คำพูดของคน เราเลือกได้ การทำของคน เราเลือกได้ คำว่า นิสัมมะ กะระณัง เสยโย คือ ใคร่ครวญก่อน เลือกเฟ้น เอาสิ่งที่เป็นประโยชน์ สิ่งที่เป็นโทษ เราไม่เอา ไม่ใช่ว่า

จะเอาทั้งหมด เดี๋ยวนี้เราปฏิบัติธรรม เราไม่หวังจะเอาชนะกับใคร เราเอาชนะตัวเองดีที่สุด คนเราในโลกนี้มีสิทธิ์มีส่วนที่จะพูดผิดได้ ทำผิดได้ เพราะคนเหล่านั้นเขาไม่ได้ปฏิบัติเหมือนเรา เราเป็นผู้ปฏิบัติก็ควรให้อภัยเขา ไม่ควรถือสาเขา เขาไม่เข้าใจว่า ผิดคืออะไร ถูกคืออะไร เขาก็ทำไปตามนิสัยของคนพาล แต่เราเป็นนักปฏิบัติไปทำเหมือนเขามันไม่เหมาะสม จึงให้อภัยเขาได้ ให้อภัยทานได้ ถ้าเราไม่นำสิ่งที่เขาว่าให้เรามาเปลี่ยนแปลง เราก็ไม่มีอะไรดีขึ้น ถ้าเราไม่มีแผลในมือลองกำยาดูสิ กำทั้งวันทั้งคืนก็ไม่เป็นไร แต่ถ้าเรามีแผลเมื่อไร ยาก็จะซึมซาบเมื่อนั้น

นี่คือ ใจเราไปยึดสิ่งที่เขาว่าให้เราอย่างโน้นอย่างนี้ ยึดอย่างนี้จึงเป็นทุกข์ นี่คือเปิดประตูให้สิ่งภายนอกซึมซับหัวใจแล้ว จึงไม่ควรเปิดประตู ให้รู้ว่าสิ่งไหนควรรับ ไม่ควรรับ เหมือนบ้านเรา ถ้าคนดีมาบ้านเรา เราก็เปิดรับได้ ถ้าคนชั่วเข้ามา เราก็ปิดประตูซะ นี่คือการป้องกันตัวเอง ไม่ใช่เอาทั้งหมด รับทั้งหมด เลือกให้เป็น คนที่ทำอะไรให้เราก็แล้วแต่ อย่าไปถือสาหาความ

เวลาหมากัดขา เราไปกัดขาหมาตอบ ใครโง่กว่ากัน คนกัดขาหมาโง่ที่สุด หมาย่อมกัดตามหน้าที่ของมัน แต่เราต้องรักษาใจเราเองสิ นี่ไปกัดขาหมาตอบ โง่ที่สุด คนว่าเราอย่างนั้นอย่างนี้ เก็บมานึกคิดตรึกตรองแก้แค้นเอาชนะกัน นั่นเป็นพยาบาทอาฆาตจองเวรต่อกัน นี่คืออย่าไปรับสิ่งที่ไม่ดีเข้าหาใจตนเอง ต้องสอนใจตนเอง ถ้ารับสิ่งไม่ดีเข้ามา ใจเราจะเป็นทุกข์นะ ต้องสอนอยู่เสมอ ไม่นำสิ่งต่างๆ มาทำให้ใจเกิดความรุนแรง เหมือน ไฟเรามีอยู่ก็ตาม คนอื่นเอาเชื้อมาโยน

ใส่ไฟเรา เราก็ต้องไม่ให้ถูกไฟเรา เขาเทน้ำมันเข้ามา ก็ไม่ถูกไฟเรา เพราะเราปกป้องไว้ ไฟจึงไม่รุนแรง พออยู่ได้ ผู้ปฏิบัติต้องทำอย่างนี้ วิธีการละ วิธีการบรรเทาความโกรธลงได้ เขาทำอย่างนี้

อีกส่วนหนึ่ง เมื่อหาวิธีบรรเทาความโกรธลงได้ ความโกรธเป็นทุกข์ เราไม่ชอบ อีกวิธีการที่จะทำให้ใจเราเป็นปกติได้ คือ ความสุข ความสุขนี้ให้มีพอประมาณ อย่าไปหวังอะไรมากกว่าความสุขนี้ อย่าไปหวังความสุขเกินตัว เพราะความสุขของคนเรานี้ ไม่มีอะไรมากมาย แต่เรากลับไปหาความสุขเกินตัว นี้เป็นสิ่งสำคัญ อยากรวยเกินไป อยากมีทรัพย์สมบัติมากเกินไป อยากในลาภ ยศ สรรเสริญ มากมายมหาศาล และความสุขในกามคุณ ซึ่งทุกคนต้องการตัวนี้ อยากจะให้สมหวังก็จะเป็นทุกข์ขึ้นมา หรือโกรธขึ้นมาได้

ฉะนั้นการปฏิบัติต้องรู้จักตนเอง หาวิธีปกป้องตนเอง แก้ปัญหาตนเองให้ได้ อย่าสร้างปัญหาให้แก่ตนเองและคนอื่น ต้องศึกษาหมู่คณะและโลกนี้ให้เป็น ตื่นขึ้นมาแต่ละวัน ต้องวางทิศทางไว้ว่า วันนี้จะมีอะไรสัมผัสกับเราบ้าง มีสิ่งที่ชอบใจและไม่ชอบใจ ต้องระวัง สิ่งภายนอกที่จะทำให้เราไม่สบายใจมีมากมาย ไม่สำคัญหรอกสิ่งภายนอก สำคัญที่ตัวเรา ที่จะไปก่อให้เกิดทุกข์แก่ตนเอง อย่าไปก่อเหตุให้เกิดกับสิ่งภายนอก ระวังกาย ระวังวาจา อย่าเอากายวาจาไปก่อเหตุกับโลกเขา อย่าเอาชนะใครทั้งสิ้น ถ้าไปเอาชนะคนอื่นได้ แล้วคิดว่าจะเป็นความสุข มันไม่สุขหรอก ความสุขไม่ได้เกิดขึ้นจากการเอาชนะคนอื่น ความสุขเกิดจากการชนะกิเลสตัณหา เอาชนะใจตนเองนั่นแหละ อย่าไปหลงความสุขเหล่านี้ ถึงจะมีใครยกยอสรรเสริญเรา

ให้ลาภมากมาย เราก็อย่าไปฟุ่มเฟือยติดสุขอยู่ในลาภ ให้คำสรรเสริญอะไรมาก็อย่าไปติดสุขกับสิ่งเหล่านี้ คนส่วนมากจะไปภูมิใจในโลกธรรมเหล่านี้ แท้จริงทั้งหมดเป็นตัวอนิจจัง ไม่เที่ยงเปลี่ยนแปลงได้ เมื่อสิ่งเหล่านี้เปลี่ยนแปลงไป ถ้าปัญญาไม่ทัน จะเป็นทุกข์ขึ้นมาได้ นั่นคือ หลงสุข หลงอำนาจวาสนา หลงทุกสิ่งทุกอย่าง เพราะเรามีความสุข นั่นคือความสุขเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ แต่เราไม่เข้าใจสิ่งนั้น เพราะมันเปลี่ยนแปลงได้ นี่คือเหตุอย่างหนึ่ง สุขอยู่ที่ไหน ทุกข์ก็อยู่ที่นั่น หรือ ทุกข์อยู่ที่ไหน สุขก็อยู่ที่นั่น มันกลมกลืนกันอยู่ มันเปลี่ยนฉากเท่านั้นเอง เราเป็นคนเปลี่ยนฉากนั่นเอง

เราต้องหาวิธีปกป้องเหตุให้โกรธ มันมีมากมายมหาศาล แต่เราอย่าสร้างเหตุภายนอก และอย่าสร้างเหตุภายในตนเอง นี่คือปัญญาความรอบคอบ คนขี้โกรธบ่อยๆ เป็นเพราะอะไร โกรธเพราะความผิดหวังบ้างละ ความไม่สมใจตนเอง หรือเกิดจากอัตตาตนเองมีมากมายมหาศาลเลยเหตุให้โกรธ พูดรวมยอดทั้งหมดว่า เกิดเพราะสิ่งที่มันมี มันมีสิ่งใด ตัวนั้นก็มาเกาะอยู่เรื่อย ถ้าเรารักษาสิ่งที่มันมีไว้ให้ปกติอยู่ สิ่งที่เกี่ยวข้อง มันก็เข้าไม่ได้ เช่น เรามีบ้านอยู่หลังหนึ่ง ประตูเปิดปิดได้ ต้องพยายามเปิดรับบางคน อย่าเอาทั้งหมด เลือกให้เป็น จริงอยู่ที่เสียงเข้าหู แต่เราก็ต้องเลือกรับอีกทีหนึ่ง เสียงฟังเทศน์ฟังธรรมรับเอาไว้สนใจให้มาก เสียงไม่เป็นธรรมก็ปิดฉากทันที เพิกถอนทันที เสียงคนดุด่าเราก็สลัดทิ้ง นั่นคือต้องฉลาดในการเลือกเฟ้น

ยกตัวอย่าง ในปลาร้า เขากินสิ่งที่กินได้ ไม่ใช่ว่ากินทั้งหมด เขาไปหาปูหาปลา ช้อนสวิงในน้ำ ก็จะมีหลายสิ่งหลายอย่างติดมากับ

ปลากับแห ก็ต้องมาเลือกว่า อะไรกินได้ ก็เลือกสิ่งนั้นไป เมื่อช้อนขึ้นมามีทั้งผัก ปลาดุก ขี้ ไม่ใช่ว่ากินได้ทั้งหมดเมื่อไร ต้องเลือกก่อน ต้องเลือกเป็น แล้วทำไมเลือกอารมณ์ภายนอกเข้าสู่ใจ ทำไมเลือกไม่เป็น จะกินทั้งหมดทำไม ให้คนอื่นเขากินไปเถอะ ผู้นั้นไม่ได้ปฏิบัติ ไม่มีใครเป็นครูอาจารย์สอนเขา แต่เราเป็นนักปฏิบัติต้องพยายามศึกษาให้มากขึ้น หาวิธีปกป้องตนเองให้เป็น นี่คือสติปัญญารอบรู้ ปกป้องตนเองได้ เลือกเองได้ นี่คือการบรรเทาความโกรธตนเองได้ ต้องสอนใจตนเองอยู่เสมอว่า โกรธไม่ดีอย่างไรบ้าง ต้องพรรณนาขึ้นมา

คำว่า พากันละความโลภนะ ละความหลงนะ ความหลงนั้นละไม่ได้หรอก ผู้จะละความหลงได้นั่นคือพระอรหันต์ แต่นี่พากันสอนละความหลง ทั้งที่เราเป็นปุถุชนเต็มตัว ทำไม่ได้ แต่ก็มีวิธีบรรเทาได้ เพื่อไม่ให้เกิดความรุนแรง จึงต้องศึกษา คำว่า หลง อะไรเป็นเหตุ เป็นปัจจัยให้มันหลง หลงอยู่ที่ไหน ก็ใจเรานั่นแหละ ใจเป็นตัวหลง มันหลงเพราะความเคยชินกิเลสตัณหา มันคลุกคลีกันมายาวนาน ร้อยกัปพันกัลป์ ใจอยู่ที่ไหน กิเลสอยู่ที่นั่น กิเลสอยู่ที่ไหน ใจก็อยู่ที่นั่น จึงเรียกว่า อวิชชา โมหะ

วิธีป้องกันโมหะความหลง ป้องกันได้ ถ้าเราหลงของสิ่งนี้ ต้องรู้จักว่าอะไรเป็นหยาบ อะไรเป็นส่วนละเอียด อะไรจะบรรเทาส่วนหยาบได้ ก็บรรเทาไปก่อน อย่าให้เกิดความรุนแรง ส่วนความหลงละเอียดนั้นเอาไว้ทีหลัง นี่แหละ นักปฏิบัติพากันละความหลงทั้งหมด มันไม่ใช่อย่างนั้น ต้องแบ่งสิ หลงในรูป หลงอย่างไร หลงในนาม หลงอย่างไร คำว่า หลง เนื่องจาก ความไม่รู้จริง อวิชชา ความไม่รู้จริง ไม่เข้าใจใน

เหตุผลนั้นๆ อวิชชา ความมืดบอดของใจ ถ้ามืดบอดเพียงอย่างเดียว ทุกอย่างจะเกิดความหลงขึ้นได้ ดังคำสวดว่า

อวิชชา ปัจจยา สังขารา

สังขารา ปัจจยา วิญญาณัง

วิญญาณัง ปัจจยา นามะรูปัง

หลงในนาม หลงในรูป นี่คือ อวิชชาเป็นหลักให้เกิดความหลงเป็นหลักใหญ่ แต่เดี๋ยวนี้เราต้องหาวิธีปกป้องตนเอง คำว่า อวิชชาเป็นต้นเหตุให้เกิดความหลง เพราะไม่รู้ความจริง ความจริงนี้มีความจริงอะไรบ้าง ความจริงขั้นหยาบก็มี ขั้นกลางก็มี ขั้นละเอียดก็มี แต่ปัญญาเรายังหยาบอยู่ก็ให้มาทำความเข้าใจในส่วนหยาบๆ ได้ไหม เอาแค่นี้ก่อน

สิ่งใดตกอยู่ในกฎไตรลักษณ์ อนิจจังของรูป เอาสิ่งหยาบๆ นี้ก่อน นี่คืออวิชชาส่วนหยาบ ให้เข้าใจส่วนนี้ ให้เข้าใจในเหตุให้เกิดทุกข์ ในส่วนหยาบๆ นี้ทั้งหมด เราต้องหาวิธีปกป้องตนเองให้เป็น นี่คือตัวอวิชชาตัวนี้ ถ้าดูชื่อแล้วเรื่องใหญ่เพราะเป็นขั้นสูงสุด แต่เราสามารถตัดบรรเทาได้ คือศึกษาความจริง ถ้าเราใช้ปัญญาศึกษาความจริงอยู่เสมอ สิ่งที่ไม่เที่ยงเป็นจริงอย่างไรบ้าง สิ่งที่เป็นทุกข์เหตุให้เกิดทุกข์เป็นจริงอย่างไรบ้าง สิ่งที่เป็นอนัตตาเป็นจริงอย่างไรบ้าง ต้องศึกษาความจริงในสัจธรรมที่เป็นอยู่ในใจของเราก็ดี ในกายของเราก็ดี ที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งหมด ให้เข้าใจส่วนนี้

ถ้าเราเข้าใจส่วนหยาบๆ นี้ได้ ตัวอวิชชาก็จะทุเลาลงได้ ตัดกำลังลงได้ จะไม่รุนแรง สิ่งที่ไม่รู้จริงตามความเป็นจริงต้องเอาปัญญา

มาเปิดเผย ตามภาษาของคำว่า อวิชชา แปลว่า ความมืด ความมืดของใจคือความไม่รู้จริงเห็นจริงนั่นเอง ทีนี้การแก้ความไม่รู้จริงเห็นจริงก็ต้องเอาปัญญามาแก้ เรานั่งอยู่ที่บ้าน ถ้ามืดขึ้นมา ก็จุดไฟสิ ตัวความมืดก็หายไป เพราะความสว่างเข้ามาแทนที่ หรือทำงานไม่สะดวกเพราะมันมืด เราก็จุดไฟสิ เรารู้จักวิธีทำงาน เพราะมันเห็น การทำงานอย่าทำในความมืด การงานทุกประเภทต้องอาศัยความสว่างในการทำงาน งานทางโลก งานทางธรรม อาศัยความสว่างทั้งนั้น ทางโลกต้องอาศัยวิทยาศาสตร์ ธรรมชาติ เดือน ดาว นอกจากความสว่างแล้วต้องอาศัยตาที่ดีด้วย เป็นเครื่องประกอบให้งานสำเร็จ รวมถึง ความรู้เรื่องในการทำงานด้วย ไม่ใช่ว่า มีความสว่างแล้ว ตาก็ดี แต่ไม่รู้เรื่องในการทำงาน ก็จะไม่ประสบความสำเร็จ นี่คือทางโลก

ส่วนทางธรรมะ เอาตัวปัญญาเป็นตัวจุดประกาย สร้างขึ้นมา ดังคำว่า นัตถิ ปัญญา สมาอาภา แสงสว่างอื่นใดเสมอด้วยปัญญาไม่มี

ลักษณะของปัญญาเป็นอย่างไร ส่วนมากนักปฏิบัติในยุคนี้ตีความหมายเรื่องความสว่างทางปัญญาผิดพลาดมากมายเหลือเกิน พากันไปทำสมาธินึกคำบริกรรม แล้วเกิดแสงสว่างวูบวาบขึ้นมา เป็นแสงนี้บ้าง โน่นบ้าง เข้าใจไปว่า ภาพแสงสว่างอันเนื่องจากการทำสมาธินี้ เป็นตัวปัญญา เห็นนิมิตโน่นบ้าง นี่บ้าง เข้าใจไปว่า นี่คือการเห็นด้วยปัญญา อันนั้นไม่ใช่นะ ตีความหมายผิดร้อยเปอร์เซนต์เลย ตีความหมายความสว่างคลาดเคลื่อนไปมากมาย

ความเข้าใจอย่างถูกต้องแจ่มแจ้งชัดเจน นี่คือ ความสว่างทางปัญญาเป็นอย่างนี้ ไม่ได้หมายเอาโอภาสแสงสว่าง หรือนิมิตที่เกิดจาก

อำนาจของจิตที่เป็นสมาธิ ไม่ใช่ปัญญา แต่คนไปเหมาว่าเป็นปัญญา ตัวปัญญาที่พิจารณาในไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง หายสงสัย เข้าใจว่าสิ่งนั้นเป็นอย่างนั้น สิ่งนี้เป็นอย่างนี้ จนฝังใจ จนมั่นใจได้ว่า หายความลังเลสงสัย และถอดถอนความยึดมั่นอุปาทานได้เลย นี่คือปัญญา ถ้าเห็นอย่างนี้ นี่จะเป็นตัวไปทำลายกำลังอวิชชา ตัวไม่รู้จริง ให้เกิดความรู้จริงขึ้นมา ถึงจะไม่รู้จริงในนามทั้งหมดก็ตาม ขอให้รู้จริงในส่วนของรูปก่อน นี่คือฝึกพื้นฐานของปัญญาระดับพื้นๆ ขึ้นไป ก่อนจะไปฝึกหัดขั้นระดับสูง เหมือนกับคนจบด๊อกเตอร์ปริญญาเอก ไม่ใช่ว่าจะจบได้ง่ายๆ ต้องผ่าน ก ไก่ ข ไข่ ... สระอา สระอิ สระอี .... ก่อนทั้งนั้น จึงนำเอาทั้งหมดมาประสมกัน เรียนชั้น ป.1 ป.2 ป.3 ...ไปเรื่อยๆ จนเข้าใจในหลักวิชาศาสตร์ต่างๆ จึงจะไต่เต้าไปสู่ขั้นปริญญาเอกได้ ไม่ใช่ว่าจะกระโดดสูงขึ้นไปขั้นละเอียดเลยได้ยังไง ทำไม่ได้

ปัญญาเราก็เช่นกัน เราไม่ได้ฝึกอะไรเลย แต่จะไปละกิเลส ละความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยากแบบนี้มันทำไม่ได้ ผิดขั้นตอน ข้ามขั้นตอน เราต้องฝึกตามลำดับขั้นขึ้นไป จะไปละอะไรเกินตัวไม่ได้ เปรียบได้กับ กำลังของเด็กไม่พอที่จะแบกไม้ยาง ถึงอยากก็อยากเฉยๆ ทำอะไรไม่ได้ ต้องมีกำลังสมดุลกันเสียก่อนจึงจะทำได้ เหมือนกับ รถมีกำลังหนึ่งตัน แต่ไปใส่น้ำหนักห้าตัน จึงทำอะไรไม่ได้เลย ต้องใส่ให้พอดีกับกำลังรถที่จะวิ่งได้ การใช้ปัญญาพิจารณาก็เช่นกัน ต้องรู้เห็นตามขั้นตอนของมัน ปัญญาเรามีเท่านี้ก็จะรู้เห็นเพียงเท่านี้

การทำงานในที่สว่าง เช่น ในคืนวันเพ็ญ สามารถทำงานได้เพียงหยาบๆ เท่านั้น จะไม่สามารถเย็บจักรถักร้อยได้เลย แต่ก็พอจะตัดไม้หรือทำบางสิ่งบางอย่างได้ ของหยาบทำได้ แต่ของละเอียดทำไม่ได้ เพราะความสว่างไม่พอ หรือ ทำงานในกลางวัน แสงอาทิตย์สว่างจ้า จึงจะสามารถเย็บผ้าได้ เพราะความสว่างพอ นี่พวกเราเพียงแค่คืนวันเพ็ญจะไปเอาด้ายสอดรูเข็มทั้งคืนก็ไม่ได้ เสียเวลาเปล่า

ปัญญาเป็นกำลังของใจ เป็นแสงสว่างให้ใจ ปัญญาเป็นตาของใจ ถ้าเราสร้างปัญญาเป็นตาของใจได้เมื่อไร อวิชชาจะหมดสภาพทันที เพราะปัญญาจะไปแทนที่ทำลายความมืดลงได้ จากความไม่รู้จริงก็จะเกิดความรู้จริงขึ้นมา จากความไม่แจ่มแจ้งก็จะเกิดความแจ่งแจ้งขึ้นมา แท้จริงแล้วความสว่างของปัญญาไม่ใช่ตัวละกิเลสตัณหา แต่เป็นตัวให้ความสะดวกในการละของใจเท่านั้นเอง

เหมือนการเดินทาง ไม่ใช่ว่าจะสำเร็จไปถึงจุดหมายปลายทางได้เพราะไฟฉาย เป็นเพราะคนถือไฟฉายไปต่างหากล่ะ แสงสว่างเป็นเพียงตัวประกอบให้ทำงานสำเร็จเท่านั้น เหมือนปัญญาเป็นองค์ประกอบให้ใจได้รู้เห็นตามความเป็นจริงเท่านั้น เราจึงต้องสร้างปัญญาขึ้นมา เพื่อให้ใจมองเห็นอะไรได้ชัด ตามเหตุตามผล ตามหลักความเป็นจริง นี่คือตัวทำลายอวิชชา ไม่มีสิ่งใดจะทำลายตัวอวิชชาได้นอกจากปัญญาเท่านั้น ตัวสมาธิไม่สามารถทำลายอวิชชาได้เลย เพราะสมาธิเป็นตัวหุ้มห่ออวิชชาไว้ต่างหาก แต่นักปฏิบัติไม่เข้าใจ พากันทำสมาธิละกิเลส เข้าใจผิดไปอย่างนั้น มันไม่ใช่เรื่องละกิเลส เพียงข่มกิเลสไว้เฉยๆ

ยกตัวอย่าง ฤาษีชีไพรที่พากันทำสมาธิก่อนพระพุทธเจ้า ใครบ้างที่ละกิเลสได้ ละตัณหาได้ ละอวิชชาได้ ละความโลภ ความโกรธ ความหลงได้ เพียงใช้อำนาจของฌานข่มไว้เฉยๆ เมื่อตายไปก็เกิดเป็นรูปพรหมบ้าง อรูปพรหมบ้าง เมื่ออำนาจของฌานเสื่อมลงก็ลงมาเกิดอีกตามเดิม การสอนว่าทำสมาธิละกิเลส เป็นการสอนในสิ่งที่พระพุทธเจ้าไม่สอน ทำให้คนงมงายกันมหาศาล คือไม่เข้าใจในการสอน คือศึกษาไม่ถึงหลักแก่นแท้ในคำสอนของพระพุทธเจ้า ถ้ามีคนสอนผิดเพียงคนเดียว จะทำให้คนอื่นเข้าใจผิดเป็นหมื่นคนแสนคนได้ ถ้ามีคนเข้าใจถูกสอนถูกเพียงคนเดียว ก็จะทำให้คนอื่นเข้าใจถูกเป็นหมื่นคนแสนคนเช่นเดียวกัน

ปัจจุบันมีคนสอนมากมายหลายคน ไม่เหมือนครั้งพุทธกาล สมัยพุทธกาล ส่วนใหญ่จะได้ยินคำสอนจากพระพุทธเจ้า พระอริยเจ้า เมื่อได้ฟังแล้ว เหตุผลความเข้าใจในหลักความจริง จะเหมือนกันทั้งหมด ทั้งที่ตำราไม่ได้อ่านมา แต่ความเข้าใจหลักความเป็นจริง จะเหมือนกันทั้งหมด เมื่อได้รับการสื่อสารจากพระอริยเจ้า ก็จะได้ภูมิธรรมโสดาบันขึ้นไป จะไม่มีคำว่าผิดพลาดในการสอน ถึงพระโสดาบันจะไม่รู้ธรรมะขั้นละเอียดก็ตาม แต่เขาวางทิศทางแนวการสอนไว้ถูกต้องทั้งหมด นี่เขาเป็นนิยตบุคคล เป็นบุคคลที่แน่นอนแล้ว เดินทางสายตรงต่อมรรคผลนิพพานแล้ว จะไม่หลงทางอีกต่อไป ถึงจะเกิดในโลกนี้อีก 3 ชาติ 7 ชาติ ก็จะไม่ไปสู่อบายอีก มองเห็นพระนิพพานแค่เอื้อมมือนิดเดียว หลักการของพระโสดาบัน กับพระอรหันต์ ก็หลักการเดียวกัน แต่หยาบละเอียดต่างกัน

การปฏิบัติธรรมในยุคนี้กับครั้งพุทธกาลนั้น แตกต่างกันมาก หลวงพ่อเคยเปรียบเทียบให้ฟังหลายหน เหมือนกับฝูงโคกำลังแสวงหาหัวหน้าโคอยู่ ถ้าฝูงโคเหล่าใดได้หัวหน้าโคที่ข้ามกระแสมาก่อน หัวหน้าโคตัวนั้นก็จะพาโคทั้งหลายข้ามกระแสได้อย่างแม่นยำ เพราะรู้ว่า ตรงไหนมีโขดหิน ตรงไหนมีน้ำวน ตรงไหนมีจระเข้ ปลาฉลาม หัวหน้าโคตัวนี้จะรู้จักทุกข์โทษภัยในการข้ามทะเลนี้ เขาจะพาโคเลาะเลียบหลีกเลี่ยงภัยอันตรายทั้งหมด พาข้ามฝั่งได้อย่างปลอดภัย อะไรควรไม่ควรจะรู้

แต่โคอีกกลุ่มหนึ่ง มีความตั้งใจจริงจังในการข้ามกระแส แต่ถ้าได้หัวหน้าโคที่ไม่เคยข้ามกระแสมาก่อน ถึงจะดูท่าทางขึงขังใหญ่โต เหมือนกับว่าจะพาโคทั้งหลายข้ามกระแสได้ เมื่อมีความมั่นใจอย่างนั้น จึงให้หัวหน้าโคนั้นพาข้ามกระแส เมื่อพาโคทั้งหลายข้ามกระแส ก็อาจเจอโขดหินบ้าง ถูกปลาฉลามกินบ้าง ถูกจระเข้กินบ้าง ลอยไปเจอน้ำวังวนจมทั้งโคและหัวหน้าโค

ในยุคนี้ก็เช่นเดียวกัน เรามีความต้องการอยากฟังเทศน์พระอรหันต์ หรือพระอริยเจ้า ถ้าพระอริยเจ้าท่านพูดออกมา เราจะเข้าใจไหม ก็ไม่เข้าใจ ดูท่าทางพระอริยเจ้าก็ไม่รู้อีก เราได้แสวงหาธรรมของพระอริยเจ้า เจอรึยังก็ไม่รู้ ถึงเจอแล้วก็อาจไม่รู้จัก เหมือนตาบอดไปหาทอง ทองจริงทองปลอมก็ไม่รู้จัก หรือตาดีก็ตาม แต่ทองมันเหลืองอร่ามเหมือนกันหมดเลยนี่ ยังไม่รู้เช่นเดียวกัน แต่ผู้มีปัญญาดี ย่อมรู้จักเนื้อทอง เห็นปั๊บรู้ทันที ทองจริงเป็นอย่างไร ทองปลอมเป็นอย่างไร

นี้ฉันใด การเลือกครูอาจารย์เพื่อเป็นผู้นำในการปฏิบัติ ถ้าผู้มีปัญญาดี เขาไม่ดูกิริยามารยาทหรอก เขาดูสิ่งลึกๆ ภายในบางอย่าง เขาดูเนื้อหาสาระธรรมะที่ท่านแสดงออกมา เพราะกิริยามารยาทนั้นไม่สามารถดูแบ่งแยกพระอริยเจ้าได้ ปุถุชนกับพระอริยเจ้า หัวโล้นเหมือนกัน ผ้าเหลืองเหมือนกัน ความประพฤติก็คล้ายกัน จึงมีการเปรียบเทียบว่า น้ำลึกเงาลึก น้ำลึกเงาตื้น น้ำตื้นเงาลึก น้ำตื้นเงาตื้น

ประเภทที่หนึ่ง น้ำลึก หมายถึง ผู้มีคุณธรรมเป็นพระอริยเจ้าตั้งแต่โสดาบันขึ้นไป เงาลึก หมายถึง กิริยามารยาท ที่แสดงออกมาทางกายวาจาเรียบร้อย

ประเภทที่สอง น้ำลึกเงาตื้น หมายถึง มีคุณธรรมเป็นพระอริยเจ้า แต่กิริยาภายนอกไม่เรียบร้อยเลย ดูเหมือนไม่มีคุณธรรมในใจ ไม่สำรวมกายวาจา ถ้าเห็นพระอริยเจ้าเช่นนี้ เราจะดูไม่ออกเลย

ประเภทที่สาม น้ำตื้นเงาลึก หมายถึง จิตใจยังไม่มีคุณธรรมอะไรเลย เงาลึก หมายถึง กิริยามารยาทสำรวมเป็นพิเศษ เคลื่อนไหวไปมาเรียบร้อย กิริยาพาที การต้อนรับแขกเรียบร้อยนุ่มนวล มองแล้วน่าเลื่อมใสศรัทธา จนมองไปว่า นี่แหละพระอรหันต์ก็เป็นไปได้

ประเภทที่สี่ น้ำตื้นเงาตื้น หมายถึง จิตใจไม่มีคุณธรรมอะไรและกิริยามารยาทไม่สำรวมอะไรเลย เหมือนปุถุชน อยากทำอะไรก็ทำ

ถ้านำพระอรหันต์ น้ำลึกเงาลึก กับ ปุถุชน น้ำตื้นเงาลึก มาอยู่รวมกันแล้ว เราจะแยกไม่ออกเลย เพราะกิริยามารยาทสำรวมเรียบร้อยเหมือนกัน หรือนำ พระอรหันต์ น้ำลึกเงาตื้น กับ ปุถุชน น้ำตื้นเงาตื้น

มาอยู่ร่วมกัน ก็จะแยกไม่ออกเช่นเดียวกัน ว่าองค์ไหนจริง องค์ไหนปลอม

ผู้มีสติปัญญาที่ดีจะดูหลักการที่ท่านแสดงในธรรมะ

ดังนั้น ให้เราเคารพนอบน้อมต่อครูบาอาจารย์ทุกท่านทุกองค์ไป อย่าไปเลือกว่า พระองค์นั้นปุถุชนรึเปล่า เราจะไม่ทำทานด้วย เราจะทำบุญเฉพาะพระอริยเจ้า อย่าไปคิดเช่นนั้น ถึงท่านจะเป็นปุถุชน ท่านก็มีความตั้งใจจริงในการปฏิบัติ สร้างคุณงามความดี เชิดชูพระพุทธศาสนา การจะหาพระอริยเจ้าผู้สูงส่งมารับบุญรับทานของเราหายาก

บรรดารอยเท้าสัตว์ทั้งหลาย ย่อมรวมลงอยู่ในรอยเท้าช้างแห่งเดียว เท่านั้น ภิกษุทั้งหลาย บรรดาธรรมทั้งหลายย่อมรวมลงอยู่ในสัมมาทิฏฐิแห่งเดียวเท่านั้น นั่นคือ ปัญญาสัมมาทิฏฐิความเห็นชอบเป็นใหญ่เป็นศูนย์รวมในหมวดธรรมทั้งหลาย การปฏิบัติจึงต้องตั้งหลักสัมมาทิฏฐิให้ได้ นี่คือ ทางสายตรงของการปฏิบัติ ให้พยายามคิดตรึกตรองบ่อยๆ ให้เกิดความชอบธรรม จะไปเอาตามความชอบใจไม่ได้นะต้องให้ชอบธรรม รู้จริงเห็นจริงตามความเป็นจริง ส่วนมากที่เราทำทุกวันนี้เป็นเพียงถูกใจ จึงเกิดความผิดพลาดขึ้นมาได้ ให้เปลี่ยนเป็น ถูกธรรม ถูกเหตุผลตามหลักการปฏิบัติ วิธีการละต่างๆ อย่าเพิ่งไปละอะไรรุนแรงขนาดนั้น เอาทีละขั้น ขั้นหยาบ ขั้นกลาง ขั้นละเอียด ตามลำดับเพราะกำลังของเรายังไม่พอ สติปัญญาเรายังไม่หนักแน่นพอ แค่ความอยากจะไปบังคับให้ละอย่างนั้นอย่างนี้ไม่ได้ สิ่งที่ยังละไม่ได้ก็ไปพยายามจะละให้ได้ ไม่ถูก ต้องตั้งหลักให้ดีในการปฏิบัติ

เหมือนกับ ดอกสว่านมีหลายดอก สว่านเจาะปูน จะไปเจาะเหล็กไม่ได้ ต้องใช้สว่านเจาะเหล็กจึงจะเจาะเหล็กได้ ถ้าสว่านประเภทเดียวกันแล้ว แต่กำลังไม่พอก็เจาะไม่ได้อีก กำลังต้องพอด้วยจึงจะเจาะได้ นี่คือจะใช้ปัญญาเป็นตัวเจาะปัญหาตัวไหน ต้องใช้ปัญญาเป็นตัวนำ ใช้ปัญญาเป็นหลักยืนตัว เพราะปัญญาเป็นตัวให้แสงสว่างทางใจ ปัญญาเป็นตาของใจ เพราะก้าวเดินออกไปข้างหน้าจะได้ไม่คลาดเคลื่อน ไม่ผิดพลาด ไม่ทำแบบสุ่มเดา ถ้าสิ่งใดทำแบบสุ่มเดาปัญหาจะเกิดขึ้น ไม่รู้จักทิศทาง

เหมือนกับการกินยา แค่ปวดหัวขึ้นมาก็กินยา โดยที่ยังไม่รู้เลยว่าเป็นโรคอะไร แล้วถ้าแพ้ยาขึ้นมา ก็เป็นทุกข์อีกนั่นแหละ ก่อนจะกินยา ต้องตรวจร่างกายก่อน จึงจะกินยาได้ นั่นคือ ผู้ที่ละกิเลสตัณหาต้องศึกษาปัญหาให้เป็น ปัญญาตัวเดียวนี้ ถ้าเรามีเมื่อไร สามารถจะศึกษากิเลสตัณหาได้ทั้งหมด เราจะละกิเลสก็ต้องศึกษากิเลสว่า กิเลสนั้นมีเหตุอะไร มีผลอะไร อะไรเป็นปัจจัยให้มันเป็นไปอย่างนี้ คือต้องศึกษาทิศทาง เดี๋ยวนี้เราศึกษาแต่ธรรมะ ศึกษาไปทำไม เอาไปละอะไร เอาไปละกิเลส แล้วกิเลสเราศึกษารึยัง ยังไม่เห็นเลยจึงยังละไม่ได้ จะละสิ่งใดได้ต้องรู้จักของสิ่งนั้นก่อนสิ จะทำลายสิ่งใดได้ต้องเห็นของสิ่งนั้นก่อนสิ

กิเลสนั้น มันเก่งกล้าสามารถฉลาดพอตัว จึงเป็นหนึ่งในโลก หมู่สัตว์ทั้งหลายตกอยู่ใต้อำนาจของมัน มันเป็นใหญ่ครอบครองหัวใจมานานแสนนาน จะไปละได้ง่ายๆ เมื่อไร ทีมงานของปัญญาสติปัญญาจึงต้องพร้อม แต่ก่อนใจเราเป็นข้าทาสของกิเลสตัณหามา

ตลอด แต่ทำไมไม่มีความสำนึกว่าเป็นข้าทาสของเขา ถูกกิเลสตัณหาพาทำชั่วอะไรบ้าง พูดชั่วอะไรบ้าง คิดชั่วอะไรบ้าง ทำให้เราตกสู่อบายภูมิ แล้วกิเลสเป็นทุกข์กับเราไหม เขาไม่ได้ทุกข์ด้วยเลย เขาหลอกเราให้ทำชั่ว แล้วทำไมเราไม่เข็ดหลาบเสียที

เพราะเราไม่เข้าใจ จึงได้ถูกกิเลสตัณหาหลอกอยู่เรื่อย ตั้งแต่กัปนั้นจนถึงปัจจุบันชาตินี้ แล้วจะให้มันหลอกไปถึงไหน เราต้องศึกษากิเลสให้เป็น คือปัญญานี้ที่จะศึกษาได้ ไม่มีสิ่งอื่นใดที่จะศึกษากิเลสตัณหาได้นอกจากสติปัญญานี้เท่านั้น เราจะละกิเลสตัณหาไม่ได้เพราะยังไม่ได้ศึกษาเลยว่าหน้าตาของมันเป็นอย่างไร

เหมือนกับตำรวจจะไปจับมหาโจรที่ปล้นร้านทอง แต่ตำรวจยังไม่รู้จักหน้าตาโจรเลย สูงต่ำอย่างไร ผิวพรรณอย่างไร จะไปจับโจรได้ยังไง สมมติว่าโจรปล้นของ แล้วไปนั่งกินก๋วยเตี๋ยวอยู่ที่ร้านข้างหน้าตำรวจติดตามไปแล้วนั่งโต๊ะเดียวกันนั่นแหละ โจรก็ถามว่า จะไปไหนเจ้านาย ตำรวจตอบ จะไปหาจับโจรนั่นแหละ โจรปล้นร้านทองแล้วมาทางนี้แหละ นี่คือ ตำรวจไม่รู้จักหน้าตาของโจรเลย จึงจับโจรไม่ได้

กิเลสตัณหาก็เหมือนกัน จะไปภาวนาละกิเลส ทำไปเถอะ ยังไงก็ทำไม่ได้ เพราะเราไม่รู้วิธีการของเขา ศึกษากิเลสของตนเองไม่เป็นกิเลสตัณหาทำให้ใจเราเป็นทุกข์ทรมานขึ้นมา มีเหตุมีปัจจัยคืออะไรเราก็ไม่รู้ แล้วจะไปละเขาได้ยังไง ได้แต่ปล่อยให้กิเลสทับถมหัวใจอยู่อย่างนี้ต่อไป เราต้องฝึกปัญญาของเราให้ดี

ที่หลวงพ่ออธิบายมาทั้งหมดนี้ เพื่อให้ทุกคนรู้จักทิศทางการปฏิบัติ ทำไมหลวงพ่อไม่ให้ฝึกสมาธิ เพราะตัวสมาธิไม่ใช่เรื่องสำคัญ

อะไร ทำได้ไม่ยาก แต่ที่ยากคือปัญญา ถ้าเรามีเครื่องมือที่ดีแล้ว จะไปทำการงานอะไรก็ง่าย ถ้าไม่มีเครื่องมือจะทำอะไรไม่ได้เลย สมมติสร้างบ้านหลังหนึ่งขึ้นมา ถ้าไม่มีเครื่องมือจะสร้างบ้านได้ยังไง สร้างไม่ได้ การทำสิ่งใดก็ต้องมีการเตรียมการให้พร้อมไว้ล่วงหน้า ใจของเราต้องการให้เกิดความบริสุทธิ์ มีคำบาลีประกอบว่า

ปัญญายะ ปริสุชฌะติ จิตจะมีความบริสุทธิ์ได้เพราะปัญญา

ถ้าปัญญาไม่มีจะไม่ทำให้ใจบริสุทธิ์ได้เลย ตัวอวิชชาที่พูดมาเมื่อกี้ ตัวทำลายกัน ตัวหักล้างกัน คือปัญญานั่นเอง คือสว่างทางปัญญา

นัตถิ ปัญญา สมาอาภา แสงสว่างเสมอปัญญาไม่มี หักล้างกันด้วยตัวนี้ ต้องสร้างปัญญาขึ้นมาให้ได้ ถึงอวิชชาขั้นละเอียดจะละไม่ได้ให้เอาหยาบๆ ก่อนเถอะน่า เอาง่ายๆ ก่อน เพื่อตัดกำลังไปเรื่อยๆ ฝึกปัญญาให้ละเอียดขึ้นเรื่อยๆ ขั้นกลาง ขั้นละเอียด จนทำลายกันหักล้างถึงที่สุด ตัวอวิชชาที่เป็นเหตุสร้างโลก เราจะหักล้างกันถึงขั้นนั้น คนจะหนีจากโลกได้ ต้องศึกษาโลกให้เป็น โลกที่เราหลงกันอยู่ทุกวันนี้ หลงอะไร มาศึกษาความไม่รู้ซะ ความจริงเป็นอย่างไร ต้องเอาไตรลักษณ์ประกอบกันทุกเรื่องไป

การใช้ปัญญาพิจารณานั้นอาจเกิดความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าได้ นั่งคิดมากๆ เหนื่อย ก็เดินคิดได้ เดินคิดมากๆ เหนื่อย ก็ยืนคิดได้หรือนอนคิดก็ได้ แต่อย่าให้หลับ การยืนเดินนั่งนอน เป็นตัวเปลี่ยนอิริยาบถ แต่ไม่ใช่หลักปฏิบัติโดยตรง เป็นเพียงทางอ้อม หลักปฏิบัติจริงๆ คือ หลักสติปัญญาที่สอนใจตนเองให้เป็น อย่าผูกขาดว่าต้องนั่ง

ปฏิบัติ อย่าผูกขาดว่าต้องเดินปฏิบัติ อย่าผูกขาดว่าต้องนั่งสมาธิ อย่าพูดอย่างนั้น นั่งเป็นอีกเรื่องหนึ่ง สมาธิเป็นอีกเรื่องหนึ่ง แต่เรามาพูดโยงกัน คำว่าสมาธิจริงๆ แล้วเป็นเรื่องของใจ ใจมีความตั้งมั่นแน่วแน่ มีความสงบ เป็นเรื่องของใจ แต่คำว่า นั่ง เป็นเรื่องของกาย ทำไมเอาเรื่องของกายมาผูกขาดกับการทำสมาธิ สมมติว่าคนนั้นเขานั่งไม่ได้แล้วเขาทำสมาธิได้ไหม ทำได้ สมมติว่าคนเป็นอัมพาต นั่งไม่ได้ เขาทำสมาธิได้ไหม เขาก็นอนทำได้ เพราะสมาธิไม่ใช่เรื่องของการนั่ง เป็นเรื่องของใจต่างหาก เรามาผูกขาดเกินไป

เหมือนกับคำว่า กินข้าวกินปลา จะมาผูกขาดว่า นั่งกินข้าว ถ้านั่งกินไม่ได้ ก็ยืนกินได้นี่ ถ้านั่งไม่ได้ ยืนไม่ได้ ก็เดินกินได้นี่ หรือนอนกินก็ได้ การกินข้าวคือการเอาเข้าปาก เคี้ยวแล้วก็กลืน กินจนอิ่ม จะมาตีความว่าต้องนั่งกิน มันตีความหมายผิดไป

คำว่า สมาธิ อย่าผูกขาดว่าต้องนั่งสมาธิ เดินก็ทำสมาธิได้ ทำงานอยู่ก็ให้ตั้งใจแน่วแน่ในการทำงาน สมาธิคำเดียวมีหลายขั้นตอน หลายอุบายด้วยกัน ต้องศึกษาว่าสมาธิตั้งใจมั่นทำอย่างไร สมาธิความสงบทำอย่างไร สัมมาสมาธิ มิจฉาสมาธิ โมหสมาธิ เป็นอย่างไร ต้องศึกษา นี่เราไม่ศึกษาได้แต่นั่งพุทโธ อยู่อย่างเดียว พุทโธ นกแก้วนกขุนทองเฉยๆ พอเกิดเป็นสมาธิขึ้นมาก็ตันอยู่อย่างนั้น การทำสมาธิเพื่อละกิเลส ทำไม่ได้ ไม่มีหลักฐานศาสนาพุทธบอกไว้เลย แต่ตำราสมัยนี้เขียนกันขึ้นมา

นี่คือไม่มีการศึกษาทางปัญญา ทำอะไรจึงคลาดเคลื่อนไปหมด เขาทำสมาธิเพื่อประกอบปัญญา เพื่อเสริมปัญญาเท่านั้น ถ้าทำสมาธิ

ได้แต่ไม่มีปัญญาเสริม ก็จะมีความสุขประเดี๋ยวประด๋าว เดี๋ยวก็เสื่อม ไม่มีความก้าวหน้าเลย มันต้องมีการเตรียมการล่วงหน้า สมมติว่า พรุ่งนี้เราจะทำบุญตักบาตร วันนี้เราต้องเตรียมอาหารไว้ก่อนไม่ใช่หรือ ต้องเตรียมวันนี้ จะทำบุญบ้านก็ต้องเตรียมวันนี้ จะมีอาหารอะไรเลี้ยง แขกบ้าง พอตื่นขึ้นมาก็เริ่มทำได้เลย เพราะเตรียมไว้แล้ว ถ้าไม่เตรียม ไว้จะเอาอะไรให้แขกกิน มันผิดธรรมดา ผิดธรรมชาติ นี่ก็เช่นกัน การ ฝึกปัญญาต้องเตรียมปัญญาไว้ก่อน แล้วค่อยทำสมาธิ เมื่อทำสมาธิ แล้ว ก็นำกำลังของสมาธิมาเสริมปัญญาได้เลย

การพูดว่าทำสมาธิไปเถอะ เมื่อจิตสงบแล้วจะมีปัญญาเกิดขึ้น เป็นไปไม่ได้เลย พูดลอยๆ ไม่มีเหตุผลจะฟังได้ ขาดการศึกษา หลักการทำสมาธิเป็นหลักสากลของโลก พวกฤาษีเขาก็ทำสมาธิตัวนี้ แต่พระพุทธเจ้าของเราฉลาด เมื่อทำสมาธิกับฤาษีแล้ว ก็ยกมาทำหลัก ปัญญาได้เลย ฝึกปัญญาก่อนแล้วนำสมาธิมาเสริม ต้องเตรียมการ ล่วงหน้าไว้

งานทุกงานต้องมีการเตรียมการล่วงหน้าก่อน ยกตัวอย่างเช่น โทรศัพท์ ก่อนโทรศัพท์ต้องเตรียมการล่วงหน้าไว้ก่อนว่าจะพูดเรื่องอะไร ไม่ใช่ว่า กดไปหาเพื่อนฝูงแล้วก็พูดว่า ฮัลโหล ฮัลโหล ไม่พูดอะไร นี่มัน คนบ้าหรือคนดี ต้องเตรียมการล่วงหน้าไว้ก่อนว่าจะพูดเรื่องอะไร ก่อนที่จะโทรศัพท์ไปหาเพื่อน นี่คือ ความคิดเป็นตัวนำหน้า การพูดก็ เหมือนกัน ต้องเตรียมความคิดตรึกตรองไว้ก่อนว่าจะพูดเรื่องอะไร การ ทำก็เหมือนกัน ต้องเตรียมไว้ก่อนจะทำอะไร นี่คือ คิดก่อนพูด คิด ก่อนทำ อันนี้เข้าใจกันอยู่ แต่ทำไมเวลาทำสมาธิไม่คิดอย่างนี้บ้าง

เหมือนกับ ทหารที่ออกไปสู้รบ ก็ต้องมีการฝึกซ้อมก่อน ไม่ใช่พอไปถึงสนามรบแล้วค่อยเตรียม ซ้ายหัน ขวาหัน ตายกันพอดี นั่นคือต้องฝึกให้ชำนาญไว้ก่อน หลบที่บังเกอร์ ขุดหลุมอย่างไร ต้องเตรียมการไว้ก่อนเข้าสนามรบ ฝึกยิงกระสุนปืนไม่รู้ว่ากี่ร้อยนัดพันนัดจนมีความชำนาญในการฝึก ไม่เช่นนั้นก็ยิงไม่เป็น หันกระบอกปืนใส่หน้าแล้วเหนี่ยวไก ปังเดียวเรียบร้อย หรือตำรวจก็ต้องฝึก วิธีการสืบสวนสอบสวนก็ต้องฝึก เมื่อเห็นคนร้ายอย่างนี้ จะมีวิธีการสืบสวนสอบสวนอย่างไรก็ต้องฝึก เพื่อให้ได้ข้อมูลความจริง ไม่ใช่จับคนร้ายมาเลี้ยงไว้ อีกไม่นานก็ปล่อย ทำอะไรไม่ได้

ทุกอย่างต้องมีการฝึก การเตรียมการเป็นหลักใหญ่สู่ชัยชนะ เพื่อทำงานให้ได้เต็มที่ นี่คือปัญญาที่เราต้องการ แต่เราต้องการปัญญาที่ฝึกให้ถูกทาง จะไปทำสมาธิให้เกิดปัญญา นี่ไม่มีในหลักศาสนาพุทธเลย สมัยพุทธกาลไม่เป็นอย่างนี้ ไปหาอ่านดูว่า สาวกในครั้งพุทธกาลมีใครบ้างเป็นอย่างนี้ ปัญญาต้องศึกษาให้ดี นี่พวกเราไม่ศึกษาอะไรเลย ทำไมพระก่อนที่จะมาสอนคน จึงไม่ศึกษาหลักในสมัยครั้งพุทธกาลบ้าง เริ่มต้นท่านทั้งหลายก็เป็นปุถุชนคนธรรมดานั่นแหละ แต่ท่านปฏิบัติอย่างไร จึงจะเป็นพระอริยเจ้าได้

ถ้าสมัยนี้มีพระพุทธเจ้าเกิดขึ้น คนจะเป็นพระอริยเจ้ามากมายมหาศาลเลยทีเดียว เพราะมีคนสนใจปฏิบัติมาก แต่หลักการปฏิบัติไม่สมบูรณ์แบบ ดังนั้นถ้าพระพุทธเจ้ามาสอนเองคงจะมีพระอริยเจ้ามากมายมหาศาล เพราะทุกคนมีบารมีพร้อมแล้ว แต่ไม่มีคนใดจะมาจุดประกายว่า บารมีเราสร้างมาอย่างไรเท่านั้นเอง ต่างคนต่างสุ่มเดา

กันไป บรรดาพระอรหันต์ทั้งหมด ไม่มีองค์ใดมีญาณหยั่งรู้วาสนาบารมีของคนได้ ผู้จะรู้บารมีของคนได้ มีแต่พระพุทธเจ้าองค์เดียวเท่านั้น เหมือนกับหมอให้ยาแก่คนป่วยถูกโรค ก็หายวันหายคืน แต่เดี๋ยวนี้พวกเราได้แต่ปฏิบัติสุ่มๆ เดาๆ เหวี่ยงแห ดึงขึ้นมาจะมีปลารึเปล่า เหวี่ยงไปเรื่อย ดึงไปเรื่อย ดึงขึ้นมาได้แต่ขี้ ไม่มีปลาเลย ถูกแต่ขี้โกรธ ขี้โลภ ขี้หลง ขี้เกียจ ขี้คร้าน

นี่คือให้อุบายธรรมมาทั้งหมด ให้พวกเราช่วยกัน สอนกัน ดึงกัน ทุกคนเคยเห็นหมาดึงล้อเลื่อนไหม หมายังดึงล้อเลื่อนคนได้เลย ช่วยกันไป ลากกันไป ดึงกันไป ถูไถกันไป หรือจะเป็นแบบ บอดจูงบอด ไปไม่รอดเพราะบอดจูงกัน ก็ไม่รู้แหละ หรือจะเป็นแบบ คนตาดีจูงคนตาบอด ไปไม่รอด เพราะบอดจูงกลับ เอาละ ต่อไปก็เข้ากลุ่มกันต่อ เอาให้เต็มที่เลยนะ

<u>7 พฤศจิกายน 2542</u>

เรื่องอาหารการกิน ถ้าไม่มีรูปแบบก็ไม่ได้เสียหายอะไร เราจะไปยึดรูปแบบอะไรมากไม่ได้ ดูกาลเวลา กาลไหนเป็นอย่างไรนั่นเอง กาลไม่จำเป็นก็เพียงน้ำพริกเทใส่ใบตอง กินเข้าไปก็อิ่มเช่นเดียวกัน มีคุณค่าเท่ากันกับใส่ถ้วย ใส่จาน ไม่ต้องไปกังวลว่า ไม่ได้ใส่ถ้วยจานสวยๆ อย่าไปหารูปแบบอะไรมากมาย เสียเวลาเปล่า จะไปสรรหาเก้าอี้ โซฟา ก็ไม่จำเป็น ดูกาลเวลา สมควรหรือไม่เท่านั้นเอง เราเอาหลักสำคัญคือ อิ่ม กินเข้าไปแล้วอาหารลงท้องไปบำรุงธาตุขันธ์เท่านั้นก็พอ

การภาวนาปฏิบัติก็เช่นกัน อย่าให้มีรูปแบบอะไรมากนัก เสียเวลา เสียประโยชน์ เกิดปลิโพธขึ้นมา ตัวอย่าง คือ หลวงพ่อเป็นครูอาจารย์คนขึ้นมาทุกวันนี้ ก็ไม่มีรูปแบบ ตอนแรกของการปฏิบัติก็ไม่มีรูปแบบ ไม่คิดด้วยซ้ำไปว่าเราจะมีธรรมะเกิดขึ้น

ในช่วงนั้น มีหลวงพ่อบุญมา ท่านสั่งไว้ว่า “ทูล ค่ำๆ ให้ไปหาหน่อยนะ” เราก็คิดว่า เอ ท่านเป็นอะไร ไม่สบายรึเปล่า ขาดอะไรรึเปล่า เมื่อไปหาท่าน ท่านเดินจงกรมอยู่ เมื่อท่านหยุดและเรียกขึ้นกุฏิ แล้วท่านก็นอนลง แล้วบอกว่า จับเส้นให้หน่อย เราก็จับไม่เป็น ได้แต่บีบนวดไปอย่างนั้นเอง พอท่านบอกว่า พอ แล้วท่านก็ลุกนั่ง เราก็รอดูท่าทีอยู่ ท่านถามว่า อยากฟังเทศน์ไหม เราตอบว่า อยากครับ ท่านก็เทศน์ต่อว่า “เกิด..ดับ เกิด..ดับ เข้าใจรึยัง” เราตอบว่า “เข้าใจแล้วครับ” ท่านก็พูดต่อว่า “เกิด..ดับ ไป กลับบ้านได้” นี่คือการฟังเทศน์ครั้งแรก

ในชีวิต หนึ่งนาทีเท่านั้น พอได้ยินคำว่า เกิดดับ มันซาบซ่านถึงใจทั่วทุกรูขุมขน เวลาเดินกลับบ้านมันโล่ง เบากายเบาใจ ก็มาพิจารณาว่าคำว่า เกิดอย่างไร ดับอย่างไร มองดูธาตุภายในบ้าง ดูธาตุภายนอกบ้างว่า มันเกิดอย่างไร มันดับอย่างไร ขยายสร้างภาพจินตนาการขึ้นมา ถ้าไม่สร้างภาพเราจะไม่เห็นคำว่าเกิดเป็นอย่างไร ถ้าเราไม่สร้างภาพเราจะไม่เห็นคำว่าดับเป็นอย่างไร เพียงพูดเฉยๆ จะไม่เห็นอะไรไม่ใช่รู้ธรรมดานะ ต้องเห็นด้วย เห็นว่าเกิดและรู้ว่าเกิด เห็นว่าดับและรู้ว่าดับ นี่เรียกว่า เห็นก่อนรู้ ถ้ารู้ก่อนเห็น ปัญหาจะเกิดขึ้น จะไม่มีอะไรดีขึ้นเลย

เหมือนกับเราพิจารณาธรรมะหมวดนั้นหมวดนี้ เช่น กายคตาสติ หรือ อสุภะก็ดี ส่วนมากนักปฏิบัติจะไม่เห็นส่วนนี้ แต่ก็พูดได้ว่าร่างกายส่วนนั้นเป็นสิ่งสกปรกโสโครก พูดได้พูดถูกตามหลักการ แต่ไม่เห็นความจริง จึงไม่ได้ผลอะไรดีขึ้น มันก็ถูกอยู่เพียงรู้ตามหลักการ แต่ไม่เห็นความเป็นจริง เพราะตัวเห็นเป็นตัวตัดสินขั้นสุดท้าย ถ้ารู้เห็นธรรมดาจะทำอะไรไม่ได้เลย

สมมติว่า เราพูดเรื่องคนตาย ตายเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ก็พูดถูกตามหลักการ แต่ถามความจริงว่า เห็นเขารึยังว่าตาย ก็ไม่เห็น ถามเขาว่า ตายท่าไหน นอนตายท่าไหน นอนหงาย นอนคว่ำ นอนตะแคง มันต้องเห็นด้วยว่า กิริยาตอนตายเป็นอย่างไร นี่คือ การสร้างญาณขึ้นมากับตัวเองเป็นสำคัญ ทีนี้อะไรเป็นตัวสร้าง คือ สมมติ ต้องสร้างสมมติขึ้นมาก่อน จินตนาการสร้างภาพขึ้นมา ให้ภาพเป็นหลักเหมือนความจริงทั้งหมด เรานึกภาพเก่าๆ ที่เคยเห็นคนตายทั้งหมด หลับตาก็

ดี ลืมตาก็ดี เราจินตนาการขึ้นมา นี่คือจุดเริ่มต้นของการสร้างญาณโดยการสมมตินั่นเอง แล้วมาเห็นในญาณตัวนี้ เห็นในสมมติตัวนี้

นี่คือ ญาณทัสสนะ เป็นหลักที่สำคัญ ถ้าไม่สร้างญาณตัวนี้ขึ้นมาจะไม่เห็นของจริง ไม่รู้ของจริง แต่คนเราไม่เห็นตัวนี้ ได้แต่พิจารณาไปตามหมวดธรรมเฉยๆ หมวดนั้นหมวดนี้ นั่นคือ พูดตามธรรมเฉยๆ ใครก็พูดได้ ตำราก็มี ครูบาอาจารย์ก็พูดให้ฟัง เราเพียงรู้ตามคนอื่นเขาพูด ให้เราเห็นด้วยปัญญาของตนเองสิ รู้ตามคนอื่นพูดให้ฟัง ทำอะไรไม่ได้เลย ต้องรู้เห็นด้วยตนเอง เรียกว่า ปัญญาญาณให้เราฝึกขึ้นมา ใหม่ๆ ก็ไม่ชำนาญหรอก ให้เราฝึกไว้จนชำนาญ เกิดญาณขึ้นมา สร้างญาณหยาบๆ ไว้ก่อน จินตนาการก็ดี คาดการณ์ก็ดี การคาดการณ์จะเป็นตัวเสริมปัญญาได้เป็นอย่างดี คาดการณ์ในอดีตก็ได้ ในอนาคตก็ได้ ใช้อะไรเป็นหลัก ใช้อดีตเป็นหลัก เราคาดการณ์ได้ว่า เราใช้ชีวิตมาจนถึงจุดนี้แล้ว และคาดการณ์ว่า ชีวิตจากจุดนี้ไป ปีหน้ารูปร่างกลางตัวเราจะมีการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง อะไรเป็นหลักฐาน ก็คนที่เกิดก่อนเรามีเยอะแยะไปนี่ เราคาดการณ์ตามความเป็นจริง

ตัวอย่างเช่น ตอนนี้เราอายุ 30 ปี เราเห็นคนอายุ 50 ปี ก็คิดว่าถ้าเราอายุ 50 ปี เราจะเหมือนคนนั้นไหม รูปร่างกลางตัวทุกส่วนก็เหมือนเขานั่นแหละ เมื่อเราเห็นคนอายุ 60 ปี 80 ปี รูปร่างเราจะเหมือนคนนั้นไหม เราต้องคาดการณ์ตามหลักความเป็นจริง สร้างเรื่องขึ้นมา เมื่อถึงกาลวาระสุดท้ายของชีวิต คือ ตาย ถ้าเราลมหายใจไม่มีเหมือนเขา หรือจิตออกจากร่างเขาแล้ว เราจะเหมือนเขาไหม ให้

จินตนาการมองหาอนาคต เมื่อนำศพไปเผา ไปทิ้งไว้ในป่า ทิ้งไว้หนึ่งวัน สองวัน ลักษณะรูปร่างจะเป็นอย่างไร ก็จะพุพอง ใหญ่ขึ้น บวมขึ้น นานเข้าก็เกิดน้ำเน่าน้ำเหลืองออกมา

นี่คือคาดการณ์ตามหลักความเป็นจริง ถ้าไม่เชื่อก็เอาคนตายมาเป็นหลักฐานได้นี่ เอาหมาตายมาเป็นหลักฐานก็ได้ ไปสังเกตดูว่าแต่ละวันเป็นอย่างไร นี่คือคาดการณ์ให้เหมือนคนอื่นตาย หรือสัตว์อื่นตาย เมื่อเน่าเหม็นก็มีแมลงวันมากิน มาขี้ใส่ เกิดเป็นหนอน หนอนก็กินอวัยวะทุกส่วน เราตายก็ไม่ต่างกับหมาตายก็ไม่ต่างกันเลย กลิ่นเราตายกับกลิ่นหมาตายก็ไม่ต่างกันเลย ต้องคาดการณ์ตามความเป็นจริงสมมติเรื่องให้ได้ เป็นการใช้ปัญญาคาดการณ์

คำว่า ปัญญา เพียงคำเดียว คนส่วนมากจะไม่เข้าใจ ปัญญาก็เหมือนกับ พูดในใจนั่นแหละ คนที่พูดทั้งวันนั่นแหละ จะได้เปรียบในการปฏิบัติ เพราะการพูดเกิดมาจากความคิด การใช้ปัญญาก็คือการพูดในใจ พูดไม่มีเสียง นึกด่าคนในใจด่ายังไง คือการคิด หรืออย่างสวดมนต์ วิธีหนึ่งสวดออกมามีเสียง อีกวิธีสวดออกมาในใจ การสวดในใจเรียกว่าปัญญา การสวดออกมามีเสียง เรียก ปัญญาภายนอก ปัญญาภายในไม่มีเสียง

เราพิจารณาอะไร ก็คือ นึกคิดให้เป็นไปตามหลักความเป็นจริง ใช้ปัญญา พูดไม่มีเสียง ของง่ายๆ ให้ฝึกคิด ถ้าไม่เคยฝึกก็ยากนั่นแหละ นี่คือ เกิดปัญญาอย่างนี้ ไม่ใช่การทำสมาธิ การทำสมาธินั้นเป็นตัวเสริม ความตั้งใจมั่นคือสมาธิ คิดให้ต่อเนื่อง สุดตั้งแต่ต้นจนปลาย อย่าให้ขาดวรรคขาดตอน สร้างเรื่องจินตนาการ สมมติขึ้นมา โยงไปถึง

สัญญา เรียกว่า สัญญาเป็นพื้นฐานของปัญญา แต่คนส่วนมากไม่เข้าใจ ถ้าไม่มีสัญญาแล้วจะเอาอะไรมาคิด ต้องคิดตามสัญญาเป็นฐานเอาไว้

ถ้าเราไปเห็นคนแก่ขึ้นมา ก็ต้องจดจำลักษณะคนแก่เป็นอย่างไร แล้วก็มาพิจารณาตนเองอีกครั้งหนึ่ง หรือ เห็นคนเจ็บไข้ได้ป่วยก็ต้องจดจำ แล้วนำมาสร้างเรื่องคิด โอปนยิโก เราเองก็เป็นเหมือนคนเจ็บไข้ได้ป่วยนั้น นี่คือ รู้จริงตามสมมตินี้ก่อน ให้เกิดความชำนาญก่อน มันมีขั้นตอนหลายอย่าง

เหมือนอาหารการกิน ผัก เป็ด ไก่ เมื่อเราจะเอาอาหารทั้งหมดมาปรุงรวมกัน สัดส่วนเป็นอย่างไรถึงจะอร่อยได้ กินทีละอย่างมันไม่อร่อย ผักคำหนึ่ง เป็ดคำหนึ่ง เกลือคำหนึ่ง มันจะเป็นอย่างไร มันต้องนำมาคลุกเคล้าให้ได้สัดส่วนเป็นอาหารขึ้นมา นี่คือต้องศึกษาวิธีการเหล่านี้ รู้จักสมมติก่อนว่าคืออะไร คนเราจะมาหลง ก็หลงสมมตินี้ คือตัวอวิชชา ไม่รู้จริงตามสมมตินี้ ถ้าเรารู้จักสมมติ โลกนี้ก็โลกสมมติ แต่ถ้าไม่สมมติจะเรียกว่า โลกได้อย่างไร เช่น คนเราก็สมมติว่า คนชาตินั้น ชาตินี้ สมมติกันไป แตกต่างกันไปตามภาษา หรือ สมมติผู้หญิงผู้ชาย แต่ละเพศก็มีอวัยวะแตกต่างกันไปอย่างนี้นะ สมมติไปตามสัดส่วนของแต่ละบุคคล นี่คือจริงตามสมมติ ซึ่งที่จริงแล้วก็เพียงธาตุที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ชั่วขณะ แล้วก็แตกดับไปเช่นกัน แต่ละคนก็ยังสมมติไปอีกตามอาการ 32 นี่คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ฯลฯ ถ้าไม่สมมติขึ้นมาก็ไม่รู้เรื่อง ไม่รู้ภาษากัน ผมก็ไม่ได้เรียกตัวเองว่าผมเลย หนังก็ไม่ได้บอกมาก่อนเลยว่าให้เรียกหนัง แต่คนเราสมมติขึ้นมา

แล้วคนเราหลงสมมติกันแค่ไหน พูดง่ายๆ ว่า ผู้หญิงผู้ชาย ถ้าผู้ชายเห็นรูปคนอื่นเขา ผู้หญิงเห็นรูปคนอื่นเขา ถ้าคนสองคนไม่ได้แต่งงานกัน เห็นผู้ชายตายไป ก็จะเกิดความสงสาร แต่ไม่รุนแรง เพราะ ไม่ได้สมมติว่าเป็นผัวเรา ถ้าผู้หญิงตายไป ก็จะสงสารธรรมดา ไม่ได้เป็นทุกข์เดือดร้อนทางใจ เพราะไม่ได้สมมติว่าเป็นเมียเรา

ถ้าสมมติว่าสองคนเป็นผัวเมียซึ่งกันและกันแล้ว ยอมรับความจริงกันทั้งสองฝ่าย มีผู้เฒ่าแก่สมมติขึ้นมา เป็นผัวเมียโดยสมมติ แต่เรายึดเอาสมมติมากเกินไป ผัวเราจริงๆ เมียเราจริงๆ ที่นี้ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งตายไปก็จะเกิดความทุกข์มาก คนเป็นทุกข์เพราะหลงสมมติ

วัตถุต่าง ๆ ที่มีอยู่ ก็เป็นเพียงสมมติขึ้นมา เงินทองกองสมบัติหามาได้ ก็สมมติว่าเป็นของเรา หวงแหน ใครมาปล้นก็ไม่สบายใจ แท้จริงวัตถุของโลกมันไม่ได้ประกาศตัวเลยว่า “ข้าพเจ้าเป็นเงินของคุณนะ ดูแลรักษาเราให้ดีนะ” มันไม่ได้พูดเลย แต่เราสมมติว่ามันเป็นของเรา เราหลงสมมติ ทุกข์ในสมมติ

เราต้องพิจารณาทุกส่วนว่า สังขารร่างกายเราก็เช่นเดียวกัน เมื่อมาสมมติว่าเป็นอัตตาตัวตนเราแล้ว นั่นคือ หลงในสมมติ ทั้งที่ธรรมชาติของร่างกายนี้เกิดมาอย่างไร จิตวิญญาณคนที่มาเกิดในท้องแม่ ไม่ได้หาบเอาหนัง เอากระดูก มาเกิดด้วยเลย มาแต่จิตสังขาร พ่อแม่ก็ส่ง กลละทั้งฝ่ายเข้าหากัน ตัวจิตสังขารก็แปรสภาพกลละทั้งสองฝ่ายเป็นรูปร่างกลางตัวขึ้นมา คือร่างกายนี้เกิดขึ้นจากสิ่งสกปรกโสโครก น้ำสเปร็มของพ่อแม่สะอาดเมื่อไรเล่า สกปรกทั้งนั้น ทั้งเหม็นทั้งคาว สารพัดที่จะเป็นไป เมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องหาสิ่งสกปรกโสโครก

มาจุนเจือกันไป จะเอาทองเอาเพชรมาจุนเจือไม่ได้ เพราะธาตุขันธ์เราเกิดจากสิ่งสกปรกโสโครก ต้องหาสิ่งสกปรกโสโครกมาจุนเจือกันได้ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง อาการ 32 ทุกส่วน สกปรกทั้งนั้น นี่คือมองอสุภะ

ถ้ามองในแง่ที่ไม่เที่ยง ก็ไม่เที่ยงเช่นเดียวกัน เพราะเกิดขึ้นจากของที่ไม่เที่ยง พ่อแม่ผู้ให้กำเนิดก็ไม่เที่ยง เราก็จะไม่เที่ยงเช่นเดียวกัน ต้องดูที่ต้นกำเนิด เราเกิดมาทำไมทุกข์กายทุกข์ใจอย่างนี้ ก็พ่อแม่เราเป็นกองทุกข์นี่นา ต้องยอมรับความจริงจากต้นเหตุของมัน ร่างกายทุกส่วนต้องพิจารณา ทั้งภายนอกภายในทุกส่วนไม่มีอะไรเป็นของเรา ทุกอย่างเป็นของเราแค่สมมติเพียงผิวเผิน ถ้าคนหลงสมมติเมื่อใดจะเป็นทุกข์เมื่อนั้น ถ้าเข้าใจในสมมติแล้วจะไม่ทุกข์ จะมีก็มีไป รักษากันไป อาศัยสมมติอยู่เท่านั้น นี่คือพิจารณาในใจ ตรึกตรองอยู่ในใจ จะรู้ในใจเพียงอย่างเดียวไม่ได้ ต้องคิดขึ้นมาก่อน คิดเป็นปัญญา เรียกว่าญาณทัสสนะ ทัสสนะแปลว่า การเห็น เห็นสิ่งนั้นเป็นจริงอย่างนั้น เห็นสิ่งนี้เป็นจริงอย่างนี้ แล้วค่อยนำรู้จริงมาประกอบคู่กัน ถ้าไปแยกกันเมื่อไรจะลำบาก ต้องทั้งรู้ทั้งเห็น

ยกตัวอย่าง เช่น เห็นเสือ ถ้าเราไม่รู้เสือ จะมีความหมายอะไร ถ้าเห็นเสือโดยไม่รู้ ก็จะว่า เอ ตัวอะไรหนอ เห็นธรรมดาก็ไม่รู้ว่าเสือมีอันตรายอย่างนี้ กลัวไม่เป็น เพราะเราไม่รู้ว่าเสือนี่ หรือรู้ว่าเสือก็ตาม มันทำอันตรายคนอย่างนี้ แต่ไม่เคยเห็นตัวจริง เมื่อไปเห็นตัวจริงขึ้นมาเราก็ไม่เกิดความกลัว ทุกอย่างจึงต้องเห็น ทุกวันนี้เราเพียงแต่เห็นภาพหลอกตา เช่น กล้องถ่ายรูป ถ้าเราไปถ่ายเอาก้อนอีข้างทาง ดูภาพแล้วก็เหมือนของจริงทั้งหมด ภาพนี้นำมาดูกันก็ไม่ขยะแขยงเลย กิน

ข้าวไปด้วย ดูไปด้วย ดมไปด้วย มันก็เฉยๆ เป็นธรรมดา แต่ถ้าเอาของจริงขึ้นมา เอามาวางต่อหน้า เห็นของจริงแล้วทีนี้ กินข้าวไม่ลงเลย ความเบื่อจะเกิดขึ้นตรงนี้

การปฏิบัติธรรมเดี๋ยวนี้เราไม่เห็นของจริง เราเห็นธรรมะเพียงภาพสัจธรรมในกระดาษ ถึงจะนำมาพิจารณาก็ไม่เกิดสลดสังเวช เพราะภาพในกระดาษนำมาจากคน ความโลภ โกรธ หลง ของจริงไม่ได้อยู่ในกระดาษ มันอยู่กับคน เอาเรื่องของตัวเรามาแยกแยะ การรู้ธรรมะอย่าไปรู้ในกระดาษ มันทำอะไรไม่ได้ ต้องรู้จักของจริง คือ กายนี้ ใจนี้ ทั้งรู้ทั้งเห็น คือ ญาณทัสสนะ

หลวงพ่อเป็นคนที่ศึกษามามาก หนังสือทุกอย่างจบหมด สามารถโต้ตอบกับนักปราชญ์ต่างๆ ได้ การศึกษาเป็นสิ่งสำคัญ แล้วนำมาพิจารณาว่าส่วนไหนที่จะนำมาปฏิบัติได้ ธรรมะหมวดไหนสูงไปก็เอาไว้ก่อน เรียกว่า ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม สมควรคือแค่ไหน ก็ต้องดูตัวเองก่อน ต้องดูตัวเองว่า ความสามารถเราแค่ไหน สติปัญญาเราแค่ไหน ถ้าสติปัญญาเราแค่นี้ จะนำไปปฏิบัติธรรมะขั้นสูง เช่น พระอรหันต์ ได้ไหม ทำไม่ได้ เมื่อทำไม่ได้แล้วยังฝืนทำอยู่ก็เสียเวลาเปล่า ถ้าสติปัญญาเราเท่านี้ก็ค่อยฝึกค่อยเป็นไป เราต้องจัดสรรลำดับขั้น ไม่ใช่เห็นว่าเป็นธรรมะก็พิจารณาเรื่อยเปื่อยไป ฐานะเราเพียงเท่านี้ กำลังเราเพียงเท่านี้ เหมือนนักเรียนกำลังเรียน ก.ไก่ ข.ไข่ แต่ไปกระโดดโลดเต้นอ่านตำราด๊อกเตอร์ จะไปเข้าใจไหม ก็ไม่เข้าใจ เรียกว่า กำลังปัญญายังไม่ถึงจุดก็ทำอะไรไม่ได้ เรียกว่า ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ค่อยฝึกไป ขยายไปเรื่อยๆ

เหมือนกับ กำลังเรามีเพียงนิดเดียว จะไปแบกท่อนไม้ท่อนซุงขนาดใหญ่ไม่ได้ กำลังไม่พอ ต้องดูกำลังตนเอง การกินก็เหมือนกันกำลังแค่นี้ ก็กินเท่านี้ เห็นผู้อื่นกินจานสองจานก็เรื่องของเขา เรากินเพียงอิ่มก็พอ กำลังปัญญาก็เช่นกัน ต้องฝึกให้ขยายขึ้น ขยายขึ้นถ้าปัญญามีความละเอียดอ่อนเมื่อใด ก็จะรู้ชัดเจนมากขึ้นเท่านั้น

การปฏิบัติธรรมคนส่วนมากเข้าใจว่า ต้องนึกคำบริกรรมทำสมาธิ ก็ไม่เข้าใจว่าทำเพื่ออะไร บางคนเข้าใจว่า ทำสมาธิจิตสงบแล้วปัญญาเกิด เดี๋ยวนี้คนทำสมาธิรอปัญญาเกิด ได้ตายไปกี่ชั่วคนแล้ว ไม่มีใครปัญญาเกิดขึ้นได้เลย เข้าใจผิด เห็นผิด ถ้าเราย้อนหลังถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าเราจะเข้าใจ องค์ไหนบ้างที่ทำสมาธิจิตมีความสงบแล้วปัญญาเกิดขึ้น ไม่มีในศาสนาพุทธเลย การปฏิบัติธรรมในสมัยก่อน ความรู้ในตำราไม่มี การฟังธรรมจากครูบาอาจารย์ พระอริยเจ้า จากปากต่อหู จากหูต่อปากเท่านั้นเอง จำได้เพียง ไม่กี่คาถาเท่านั้นเอง แล้วก็นำมาพิจารณาให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คนเราไม่เข้าใจคำว่า ปัญญา ก็มาตีความหมายขาดๆ เกินๆ เอาความรู้ที่ศึกษาจากตำรามาเป็นปัญญา มันไม่ใช่ คนละเรื่องกัน ความรู้เป็นเพียงจดจำจากหนังสือ หรือครูบาอาจารย์มาพูด มันไม่ใช่ปัญญา แต่เราต้องจดจำนำมาตรึกตรอง แปรสภาพอีกขั้นตอนหนึ่ง คือ แปรสภาพจากความรู้ มาเป็นปัญญาได้ เพียงความรู้อย่างเดียวจะมาเป็นปัญญาไม่ได้ ปัญญาของคนในสมัยพุทธกาล เขาไม่มีความรู้ทางปริยัติ แต่เขาเข้าใจตามหลักเหตุและผลทั้งหมด

ยกตัวอย่างเช่น ลูกน้องพระเจ้าพิมพิสาร หนึ่งแสนสองหมื่นคน

คนกลุ่มนี้ไม่เคยรู้จักไม่เคยเห็นพระพุทธเจ้า เมื่อประกาศให้มาฟังธรรม เขาก็เพียงมาดูเท่านั้นเองว่า พระพุทธเจ้าหน้าตาเป็นอย่างไร เมื่อมาแล้ว พระองค์ก็อธิบายธรรมะให้ฟัง คนเหล่านี้มีศีลห้ามาก่อนรึไม่ ไม่มีเขาไม่เคยศึกษาศีลห้ามาก่อนเลย กราบพระสามหนก็ไม่เป็น ทำสมาธิจิตสงบก็ไม่รู้เรื่อง เขาก็มานั่งฟังเทศน์ เขาเข้าใจ เพราะพระพุทธเจ้าเทศน์ตามหลักความเป็นจริงที่เขามีอยู่ คือ การเปลี่ยนแปลง ความทุกข์ต่างๆ ที่เขารู้ บาปบุญคุณโทษต่างๆ เขาจึงเข้าใจในจุดนี้

สุดท้ายเมื่อฟังไป ปัญญาที่เขามีอยู่แล้ว ซึ่งแต่ก่อนเคยคิดไปทางโลกทางสงสาร แต่บัดนี้เขาหันเหปัญญาที่มีอยู่ไปในทางธรรม จึงเกิดปัญญา เกิดความเข้าใจตามหลักความเป็นจริง คำว่า เกิด คือเกิดอย่างนี้ ไม่ใช่ เกิดพวยพุ่งขึ้นมา

ในที่สุด คนเหล่านั้นบรรลุธรรมหนึ่งแสนหนึ่งหมื่นคน ก็นั่งพื้นดินอยู่นั่นแหละ เขาบรรลุธรรมเป็นพระอริยเจ้าโสดาบัน อีกหนึ่งหมื่นคนก็ถึงไตรสรณคมน์ นี่คือตามตำรา ปัญญาเขาก็มีอยู่แล้ว คนยุคนั้นหรือในยุคนี้ มีปัญญาเหมือนกัน แต่ปัญญาได้หันเหไปทางโลกมาก ไม่ได้น้อมมาหาธรรมะ

ทีนี้มีคำหนึ่งที่ฝังใจอยู่ว่า ปัญญาเกิดขึ้นจากสมาธิ มีความเข้าใจอย่างนี้ในกลุ่มปฏิบัติในเมืองไทย 99.99 เปอร์เซนต์ทีเดียว ตำรานี้ก็ไม่รู้ว่าใครเขียนขึ้น ก็เหมาไปว่าเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหมด เป็นการเข้าใจผิด เขาไม่รู้ว่าต้นเหตุเป็นอย่างไร เราจึงต้องมาศึกษาว่าการปฏิบัติธรรมนั้นถึงจะมีความรู้เพียงนิดเดียวก็มาพิจารณาได้ ตาม

หลักอนิจจัง เห็นสิ่งใดในโลกนี้ก็นำมาพิจารณาได้ เห็นต้นข้าวก็ดี ต้นไม้ก็ดี ถ้าสิ่งนั้นมีการเปลี่ยนแปลงก็พิจารณาในความไม่เที่ยง ไม่ว่าสิ่งใดก็ตาม แม้กระทั่งคนสร้างขึ้นมาก็ดี มันก็ไม่เที่ยง ให้โอปนยิโกว่าสิ่งนั้นเป็นธาตุสี่ เหมือนร่างกายของเรา ให้เห็นตัวนี้ เรียกว่า ญาณทัสสนะ ต้องสร้างญาณนี้ขึ้นมา ถ้าญาณตัวนี้แก่กล้าขึ้น รู้ชัดเจนมากขึ้น ตัวปัญญาความคิดจะเป็นตัวผลิตญาณนี้ให้เกิดขึ้น ผลิตญาณทัสสนะขึ้นมา จึงให้นามว่า พุทโธ

พุทโธ เกิดขึ้นจากญาณทัสสนะตัวนี้ ไม่ได้เกิดขึ้นจากคำบริกรรม คนเข้าใจผิดกันมากมาย คำบริกรรมเป็นชื่อของผู้รู้เท่านั้นเอง คำบริกรรม พุทโธ เป็นคำบาลีที่ตีความหมายมาจากผู้รู้ ตัวผู้รู้ต้องสร้างขึ้นมาด้วยปัญญา ญาณทัสสนะ ทั้งรู้ทั้งเห็น ทั้งเห็นทั้งรู้ ต้องสร้างขึ้นมาบ่อยๆ จะเกิดความเข้าใจชัดเจนมากขึ้น พิจารณาอนิจจัง ธาตุสี่ ขันธ์ห้า ให้พิจารณาแต่ละสิ่ง เป็นไปตามหลักความเป็นจริง จะเกิดความเข้าใจชัดเจนมากขึ้น พุทโธ ผู้รู้จริงเห็นจริงตามหลักความเป็นจริง เกิดปัญญา

สมัยครั้งพุทธกาลไม่มีคำบริกรรมว่าพุทโธ ส่วนมากในตำรากล่าวว่ามีอานาปานสติ ระลึกลมหายใจเข้าก็รู้ ออกก็รู้ เป็นการรวมรวบสติให้อยู่ในปัจจุบัน เพื่อให้มีกำลัง ไม่ให้ฟุ้งไปข้างนอก ให้รวมกำลังที่มีอยู่ไปประกอบปัญญาเท่านั้นเอง คิดให้เป็นไปตามไตรลักษณ์ เกิดรู้จริงเห็นจริงตามหลักความเป็นจริง จึงเรียกว่า พุทโธ บางทีอาจเกิดนิพพิทาได้ เกิดความกลัวได้ พิจารณาบาปก็กลัวในบาป พิจารณาอสุภะก็เกิดนิพพิทาเบื่อหน่าย นี้เรียกว่า พุทโธเกิดขึ้น

ถ้ารู้ความจริงขึ้นมา เกิดพุทโธ ผู้รู้ ผู้ตื่น ตื่นจากความเข้าใจผิด เมื่อก่อนคิดว่าเป็นของเราตอนนี้ไม่ใช่แล้ว เมื่อก่อนหมายมั่นปั้นมือว่าเป็นของเราจริง ผัวเรา เมียเรา สมบัติต่างๆ เป็นของเรา แต่เมื่อมาพิจารณจริงๆ แล้วไม่ใช่ จึงทำให้เกิดตื่นตัวขึ้นมา รู้จริงตามความเป็นจริง พุทโธจึงตื่นขึ้นมา ตื่นจากความหลงผิดเข้าใจผิด ถ้าตื่นขึ้นมาอย่างนี้แล้ว ก็จะไม่หลงผิดอีก อยู่กันไปตามสมมติธรรมดา ตามหน้าที่ เมื่อเราสมมติว่าเป็นเมียเขาก็ทำหน้าที่เมียให้ดีที่สุด เราเป็นแม่ก็ทำหน้าที่แม่ให้ดีที่สุด เราเป็นผัวก็ทำหน้าที่ผัวให้ดีที่สุด คือทำหน้าที่ตามสมมติให้ดีที่สุด ไม่มีการขัดแย้ง นี่คือ พุทโธ รู้ครอบจักรวาล รูปธรรมก็รู้ นามธรรมก็รู้ พุทโธ ตื่นจากความหลงผิดในอดีต เราเคยหลงว่าเป็นของของเรา บัดนี้เราไม่หลงแล้ว ตื่นตัวขึ้นมา ถ้ายังหลงอยู่ คือ พุทโธไม่เกิดขึ้น จะว่าพุทโธไปจนปากฉีกก็เถอะ พุทโธไม่ได้เกิดจากการว่าแต่เกิดจากปัญญา

ทีนี้ พุทโธ แปลว่า ผู้เบิกบาน เบิกบานสบายใจไม่มีภาระผูกพันก็รู้สมมติหมดแล้วนี่ อยู่ไปสบายๆ ไม่มีกังวล ไม่มีปลิโพธกังวลว่าผัวเรา เมียเรา ยิ้มแย้มแจ่มใสอยู่ไปตามสมมติ พุทโธนี้เป็นผลพลอยได้ แต่การสร้างให้เกิดขึ้น ต้องสร้างด้วยปัญญาญาณ รู้จริงตามเป็นจริง เห็นจริงตามเป็นจริง ญาณทัสสนะเป็นตัวหล่อหลอมให้เกิดขึ้น แต่เราไม่สร้างไว้เลย

เหมือนกับเรานั่งบ่นว่า กินข้าว กินข้าว นั่งบ่นตั้งแต่วันนี้จนถึงวันตายจะอิ่มรึเปล่า ก็ไม่อิ่มด้วยการว่านี่ คนเราจะอิ่มได้ด้วยการกินต่างหาก ถ้าเกิดได้ด้วยการว่าจริง ไม่ต้องว่าพุทโธหรอก ว่า นิพพาน

ดีกว่าไหม นั่งอยู่ก็นิพพาน มันทำไม่ได้ คนละอุบายกัน นิพพาน แปลว่า ความดับซึ่งอาสวกิเลสภายในใจ สูญสิ้นไป ความดับไม่มีเหลือ เรายังมีสิ่งที่ให้เกิด แล้วจะดับได้ยังไง ไม่ใช่แต่จะอาศัยคำนึกให้ดีอย่างเดียว คำนึกเป็นการรวบรวมกำลังใจให้เกิดขึ้นเป็นสตินั่นเอง ไม่ใช่คิดเพ่นพ่านไป กำลังใจก็ฟุ้งไป ทำอะไรไม่แน่นอน ไม่มาตรฐาน

เหมือนกับการเขียนหนังสือ ถ้าพื้นที่เราเขียนกระโดกกระเดก เขียนไปก็อ่านตัวหนังสือไม่ออก ไม่รู้เรื่อง การเขียนหนังสือต้องเขียนบนพื้นนิ่งๆ นี้ฉันใด การใช้ปัญญาจะได้ผลดี ก็ต้องใจนิ่ง ก่อนใจจะนิ่งก็ต้องเตรียมการวางปัญญาให้ดี เตรียมการคือปัญญา ต้องหาวิธีการให้พื้นนิ่ง ปัญญาเป็นเครื่องหล่อหลอมให้เกิดสมาธิ ในส่วนไหนจะนึกคำบริกรรมให้เกิดสมาธิก็นึกไป ตามกาลเวลาที่เหมาะสม ในส่วนไหนเรานึกคำบริกรรมไม่ได้ เราก็ต้องใช้ปัญญาเป็นตัวสร้างสมาธิขึ้นมา ตัวสมาธิสร้างให้เกิดขึ้นได้สองทาง แต่เดี๋ยวนี้เราสร้างเพียงทางเดียว เพียงนั่งนึกคำบริกรรมทำสมาธิ มันติดปากติดใจ จนไม่รู้ว่า สมาธิคืออะไร คือการนั่งทำนั้นเอง มันฝังใจขนาดนั้น

คำว่า สมาธิ เป็นเรื่องจิต ไม่ใช่เรื่องของกาย ทำไมจึงเอากายมาบวกเข้ากับการทำสมาธิ มันเป็นเรื่องความตั้งมั่นของใจเท่านั้น ความตั้งมั่นของใจเกิดขึ้นสองทาง หนึ่ง การนึกคำบริกรรม สอง เกิดขึ้นด้วยปัญญา สมาธิเกิดขึ้นด้วยปัญญา เรารู้รึเปล่า ก็ไม่เข้าใจ ยกเว้นผู้ที่ฟังหลวงพ่อบ่อยๆ จะเข้าใจในจุดนี้ คือ ตัวปัญญาเป็นตัวหล่อหลอมให้เกิดสมาธิขึ้น การคิดเรื่องใดเรื่องหนึ่งให้ตั้งใจคิดตรงไปตรงมา มั่นใจในการคิดของตนเอง สร้างเรื่องคิดให้เป็น

การตั้งใจคือสมาธิ ความคิดคือปัญญา ถ้าความคิดคือปัญญาของเราตั้งสมาธิได้ สมาธิจะไม่เสื่อมเลย ทำงานก็เป็นสมาธิได้ ขับรถก็เป็นสมาธิได้ ตักอาหาร ซักผ้า ก็ทำได้ แต่สมาธิที่เกิดจากนึกคำบริกรรม ถ้าเสื่อมก็เสื่อมไปเลย ถ้าทำได้ก็เข้าฌานไปเลย พวกนี้จะทำงานไม่ได้จะหลงทันที การทำสมาธินี้เขาหวังประโยชน์คือ เพื่อเข้าฌาน แต่จะทำงานไม่ได้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เป็นภัยต่อฌานนี้ทั้งหมด

แต่การใช้ปัญญาเพื่อหล่อหลอมสมาธิให้เกิดขึ้น ตัวสมาธิเหล่านี้จะเป็นองค์ประกอบของปัญญา ให้คิดเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ตั้งใจคิดอยู่เสมอ ความเข้าใจจะชัดเจนมากขึ้น

เหมือนกับเราดูละครถ้าเราจับเรื่องได้จะสนุก เวลาเขาร้องไห้เราก็ร้องด้วย รู้ความหมาย สนุก ดูทั้งคืนก็อยู่ได้ เป็นธรรมะได้ทั้งคืน การดูโทรทัศน์ทุกเรื่องถ้ามีปัญญาแล้วเป็นธรรมะล้วนๆ เลย เพราะเขาแสดงความจริงของโลก เขาจะสร้างเรื่องอะไรก็แล้วแต่ล้วนแล้วแต่เป็นความจริงที่เตือนคติสอนใจคน ละครต่างๆ ต้องตีความหมายธรรมะ หนังสือพิมพ์ทุกหน้ากระดาษทุกคอลัมน์ อ่านปุ๊บตีความหมายในธรรมะ เพราะเขาสื่อมาจากความจริง ตีกันที่ไหน ปล้นฆ่ากันที่ไหน เขาเขียนเรื่องจริงออกมา เขียนความปั่นป่วนของโลก ให้เรานำมาพิจารณาว่า เราอยู่ในสังคมโลกที่มีความแปรปรวนทั้งหมด นี่คือความจริง ปัญญาเราต้องรอบรู้ทั้งหมด ไม่ใช่แค่รอบรู้แต่การนึกคำบริกรรมเท่านั้น

ที่นี้คนเราไม่เข้าใจ แค่ว่านึกคำบริกรรมหายใจเข้าก็เกิด หายใจ

ออกก็ดับเป็นคำบริกรรมแล้ว เป็นปัญญาแล้ว มันไม่ใช่ การตีความหมายในธรรมเดี๋ยวนี้มันวุ่นวายพอสมควร หลักปฏิบัติไม่จำเป็นต้องวุ่นวายให้มากเกินควร อยู่ที่ไหนก็ต้องปฏิบัติได้ กินข้าวก็ปฏิบัติได้ ล้างหน้า แคะขี้ฟัน ซักผ้า จะทำอะไรอยู่ก็ให้ปฏิบัติได้ทั้งหมด

ยกตัวอย่าง เช่น นั่งถ่ายในห้องน้ำก็ปฏิบัติได้ พรรณนาได้ว่าทำไมไปนั่งถ่ายอยู่อย่างนั้น เรียบเรียงเหตุการณ์สิ ที่มันออกจากก้นเรานั้น มันเข้าทางไหน มันเข้าทางปาก ก่อนเข้ามานั้น รสชาติอย่างไร กลิ่นอย่างไร ถ้ากลิ่นเหมือนกับตอนที่ออกมา มันจะเอาเข้าได้ไหม เข้าไม่ได้เลย ตอนเข้ากลิ่นหอม เมื่อเข้าไปแล้ว ธาตุไฟเผาไหม้ ย่อยออกมา กากเล็ก กากน้อย หยาบ ละเอียด ส่วนละเอียดก็จะไปหล่อเลี้ยงร่างกาย ส่วนไม่ละเอียดก็ออกมาตามจุดต่างๆ ออกมาทางหูก็เรียกขี้หู ออกมาทางตาก็เรียกขี้ตา ออกมาทางรูขุมขนก็เรียกขี้เหงื่อขี้ไคลไป บางส่วนที่มันหยาบจริงๆ ก็ออกมาทางก้น นี่คืออาหารใหม่อาหารเก่า อยู่ที่โถส้วมก็พิจารณาได้ คือปัญญา การพิจารณาอยู่ตั้งใจคิดก็คือสมาธิ อยู่ด้วยกันนั่นแหละ สมาธิกับปัญญา อยู่ที่ไหนก็ไม่มีปัญหา เคียงคู่กันตลอด

เหมือนกับตาสองตา เวลามองไปข้างไหนก็ไม่แยกจากกัน สมมติจะมองไปข้างขวา จะมีอีกตาที่แยกไปข้างซ้ายได้ไหม ไม่ได้ มันต้องไปด้วยกันทั้งหมด ชำเลืองขวาก็ไปทางขวาทั้งสองตา ชำเลืองซ้ายก็ไปทางซ้ายทั้งสองตา ตาซ้ายเห็นอย่างหนึ่ง ตาขวาเห็นอย่างหนึ่งได้ไหม ไม่ได้ เห็นด้วยกันทั้งหมด ตาขวาจะบอกว่าเห็นสีขาว ตาซ้ายจะเถียงว่าเห็นสีดำได้ไหม ไม่ได้ มันเห็นด้วยกันทั้งหมด นี่คือสมาธิกับ

ปัญญาต้องทำงานคู่กัน อย่าไปแยกกัน เราต้องฝึกบ่อยๆ งานทุกงาน เอาสมาธิกับปัญญาฝังลงไปเลย เห็นเป็นธรรมะทั้งหมด

ของอย่างเดียวกัน มองทางโลกก็เป็นโลก มองทางธรรมก็เป็นธรรม เช่น ร่างกายนี้ มองทางโลกก็เป็นโลก สวยงามนั้นอย่างนี้เกิดกิเลสตัณหาราคะ มองทางธรรมก็เป็นธรรม คือสกปรกโสโครก เน่าเหม็น ไม่มีความสวยงาม ของอย่างเดียวกันมองเห็นให้เป็นธรรมให้ได้มากที่สุด หรือเห็นใบไม้ร่วงใบหนึ่ง มองทางโลกก็เป็นโลก มองทางธรรมก็เป็นธรรม แต่เราจะมองทางธรรมให้ได้มากที่สุด ใบไม้ก็ไม่เที่ยง ไม่กี่วันก็ผุพังกลายเป็นดินไป ต้นไม้ต่างๆ เช่น มะพร้าว มะม่วง ฯลฯ เกิดได้ตามเหตุปัจจัยของมัน เมื่อเกิดแล้วก็ต้องแก่ แก่แล้วก็ร่วงหล่นแล้วก็เน่าไปเป็นธาตุดิน นี่คือมองเป็นธรรม ส่วนมากเราไม่คิด เพราะไม่มีปัญญาความคิด

เหมือนกับคนอ่านหนังสือไม่ได้ อยู่ที่ไหนก็ไม่มีความคิดที่จะอ่านหนังสือ เพราะเขาอ่านไม่ได้ ถ้าเขาอ่านได้เขาก็จะวิ่งหาหนังสือ แม้แต่ภาษาคำพูด ถ้าพูดภาษาอังกฤษได้ เจอฝรั่งมา เขาก็เดินเข้าใส่ไม่กลัว แต่ถ้าไม่รู้ภาษาเหมือนหลวงพ่อ ก็ถอยหลังเลยนั่นแหละ นั่นคือ ถ้าเราไม่เข้าใจสิ่งใด เราจะไม่ทำสิ่งนั้น ถ้าคนไม่มีความคิด เห็นอะไรก็เฉยๆ เห็นคนตายก็แล้วแต่ ก็ไม่นำมาคิดว่าเป็นธรรมะอะไรเลย นั่งอยู่กับท่อนไม้ท่อนหนึ่งในป่า ก็ไม่มีอะไรดีขึ้นนอกจากฉี่ราดอีใส่แล้วก็ลุกหนีไป ไม่มีความคิดอะไรเลย ถ้าคนมีความคิดปัญญาที่ดี เอาไม้ท่อนนี้ไปเลื่อยปูนอนที่บ้านจะดีไหม เอาไปทำเป็นโต๊ะเตียงที่บ้านจะดีไหม นี่คือผู้มีปัญญา หรือหากทำอะไรไม่ได้ ก็นำไปผ่าฟืนหุงข้าวจะดีไหม นี่คือ

คนมีปัญญา ไม่ใช่นั่งยองๆ อีใส่แล้วหนีไป

ผู้มีปัญญาต้องรู้จัก โอปนยิโก ทุกคนเคยสวดทั้งนั้น แต่นำมาปฏิบัติไม่เป็น ธรรมะทั้งหมดที่เราสวดเป็นหลักปฏิบัติทั้งนั้น แต่เราทำไม่เป็น

เห็นสิ่งใดเป็นทุกข์ภายนอก เห็นคนฆ่ากัน เจ็บป่วยร้องครวญคราง ก็นำมาหาเราว่า เราก็เจ็บป่วยเหมือนเขา ทุกข์กายทุกข์ใจเหมือนเขา เห็นสิ่งที่เป็นอนัตตา ก็น้อมเข้าหาเราได้นี่ เช่น เอามะละกอลูกนึง เอาดินมารถสิบล้อนึง เอามาขยำใส่กัน มะละกอก็หมดไปแล้ว ไม่มีมะละกออีกแล้ว กลายเป็นดินไปแล้ว ร่างกายเราทุกส่วนเมื่อตายไปก็กลายเป็นดิน นี่เรามาหลงสมมติคืออัตตากันอยู่

มองธรรมะคือ โอปนยิโก ให้เป็น ผู้ที่จะบรรลุธรรมเป็นพระอริยเจ้าทั้งหมดในอดีต เขาจะมองนอกก่อน เห็นนอกก่อน เอาตำรามาเปิดดูเลย เรื่องพระสาวกต่างๆ ฆราวาสต่างๆ เห็นใบไม้ร่วงก็นำมาพิจารณา โอปนยิโกเข้าหาตนเอง ก็กลายเป็นพระอริยเจ้า บางท่านเห็นดอกบัวอยู่ในสระ สวยงาม แล้วพิจารณาความไม่เที่ยง จึงโอปนยิโกน้อมเข้าหาตนเอง ก็กลายเป็นพระอริยเจ้า เห็นคนตายก็น้อมเข้าหาตนเองว่าเราก็ต้องตาย นี่คือสมัยครั้งพุทธกาล ชัดเจนมาก แต่เรากลับไม่สนใจ แต่เดี๋ยวนี้มีความแตกต่างกันมาก คือสอนกันเอาข้างในก่อนข้างนอก แต่สมัยพุทธกาลนั้น เอาข้างนอกก่อนข้างใน ถ้าเอาข้างในก่อนข้างนอกจะไม่ไปเลย จะอยู่กับที่ ต้องเอาข้างนอกแล้วน้อมเข้าข้างใน

ตัวอย่างเช่น นายสิงห์ไปช่วยสร้างกะต๊อบให้หลวงพ่อ เมื่อครั้ง

ไปวิเวกที่เชียงราย หลวงพ่อเห็นว่านายสิงห์ขยันดี ก็ชวนคุยด้วยว่า สิงห์เคยบวชรึเปล่า ....ไม่เคย ....เคยเข้าวัดบ้างไหม....เคย แต่ไม่เคยไหว้พระ เคยไปคุยเล่นสาวๆ หนุ่มๆ งานบุญทั่วไป แต่ไม่เคยไหว้พระ สวดมนต์ไม่ได้ อ่านหนังสือไม่เป็น ...หลวงพ่อจึงคุยเล่นทั่วไปแล้วถามว่าอยากบวชไหม....ไม่อยากบวช เพราะอ่านหนังสือไม่ได้จึงขี้เกียจภาวนาก็ไม่เอา ทำไม่เป็นไม่อยากทำ ...หลวงพ่อก็ชวนคุยเรื่องการปฏิบัติ เขาก็ไม่ยอม ไม่เอา จึงต้องหาฉากใหม่มาเปลี่ยน ถามว่าเชื่อชาติหน้าไหม แกก็ไม่เชื่อ บาปบุญคุณโทษไม่เชื่อทั้งนั้น ...แล้วชีวิตนี้ต้องการอะไร....เพียงต้องการความเป็นอยู่สบายๆ ในชีวิตปัจจุบัน ...

หลวงพ่อจึงบอกว่า ถ้างั้นไม่ต้องปฏิบัติภาวนาอะไรหรอก เอาอย่างนี้ เราคิดโน่นคิดนี่เป็นไหม ... คิดเป็น....ให้คิดว่าสมบัติที่มีอยู่ทั้งหลายนั้น ไม่มีอะไรเป็นของตน ทุกอย่างเป็นเพียงอาศัยซึ่งกันและกันไม่มีใครหาบหามไปได้เลย ถามว่าคนตายที่เคยเห็น มีใครหาบทรัพย์สมบัติไปได้บ้างไหม ไม่มีเลย เราก็เหมือนกันกับเขา เราตายไปก็ไม่มีทรัพย์สมบัติอะไรเลย ชีวิตความเป็นอยู่ทำไร่ทำนาเป็นทุกข์ เรามีความทุกข์ในใจ แต่ของต่างๆ ไม่ได้เป็นทุกข์กับเราด้วย เราทุกข์ใจเพราะยึดว่าเป็นของๆ เรา ให้คิดในสิ่งเหล่านี้ กลับไปบ้านก็ให้คิดว่า เรามีสังกะสีกี่แผ่น มีถ้วยชามอะไรบ้าง ให้คิดว่า ไม่มีอะไรแน่นอนเพียงอาศัยประจำชีวิตหนึ่งเท่านั้น มีเงินเท่าไร เงินแต่ละบาทนำมาคิด หามาได้ยังไง ใช้จ่ายยังไงบ้าง ให้คิดเรื่องเหล่านี้แหละ สบายมากๆ เลย...

นายสิงห์ก็นำกลับไปคิด มองเอาเหตุผลประกอบ เห็นคนตายก็

คิด คิดไปเรื่อยๆ เมื่อกลับมาหาก็ถามไปว่า พอเข้าใจไหม ....เข้าใจครับ...นั่นแหละ คิดอีก.... ต่อมาแกก็คิดออกได้ แกเล่าว่า เมื่อก่อนแกอยู่ที่จังหวัดกาฬสินธ์ ต่อมามาอยู่เชียงราย นี่คือเกิดความไม่เที่ยงขึ้นเพราะที่ดินที่นาถูกนำไปทำเขื่อน เกิดความไม่เที่ยงขึ้น สมบัติต่างๆต้องเสียไปเพราะน้ำท่วม เอาความจริงในอดีตมาคิด ใจมีความทุกข์อะไรบ้างรื้อฟื้นขึ้นมา สิ่งภายนอกก่อนภายใน สิ่งภายนอกมีความเปลี่ยนแปลงอะไร สร้างเรื่องจากความเป็นจริงขึ้นมา แกก็คิดได้ละเอียดขึ้น โอปนยิโก น้อมเข้าหาธาตุของตน เมื่อก่อนเราเป็นหนุ่ม เราคิดว่าเราแข็งแรง ผู้สาวชอบ แต่ตอนนี้ เราแก่แล้ว ไม่เที่ยงเลย อธิบายอนิจจังให้ฟัง พิจารณาธาตุภายนอกกับธาตุภายในลงสู่อนิจจัง ทุกขังอนัตตา ทุกสิ่งทุกอย่างให้ทำใจปฏิเสธด้วย จะคิดธรรมดาไม่ได้ ต้องถึงอกถึงใจ ....นายสิงห์ก็นำไปคิด แล้วก็คิดได้ เพราะเขาไม่มีความรู้คิดออกมาแต่ละอย่างเป็นปัญญาล้วนๆ เลย ไม่มีปริยัติแฝงเลย เพราะเขาอ่านหนังสือไม่ได้ คิดไปแต่ละอย่างเป็นปัญญา

หลายวันแล้ว แกคิดอยู่ ปัญญามันพุ่งขึ้น แทบนอนไม่หลับเลยเดินคิดอยู่อย่างนั้น ก็บอกแกไปว่า เราสามารถคิดได้ทุกขณะ เดิน นั่งทำอะไรก็คิดได้ ทีนี้เวลาจะนอน ให้เรากำหนดใจระลึกรู้ หายใจเข้าก็รู้หายใจออกก็รู้ เราบอกง่ายๆ แค่นี้ กำลังตัวนี้แหละเป็นกำลังใจเสริมปัญญา หายใจเข้าก็รู้ หายใจออกก็รู้ เราไม่บอกคำบริกรรมพุทโธเพราะแกไม่เข้าใจ เอาของจริงที่แกมีอยู่มาบอก พอแกทำ มีอยู่วันหนึ่งก็สุขสงบ แกแปลกใจ แต่ก็รู้ว่าสุขสงบเท่านั้น

มีอยู่วันหนึ่ง ญาติโยมมาฟังธรรม หลวงพ่อก็พูดเรื่องการฝึก

สติปัญญาความเข้าใจ นายสิงห์นั่งอยู่ไม่ได้ ออกไปเดินจงกรมคนเดียว เดินเร็วมาก เหมือนกับปัญญามันพุ่งขึ้นมา แล้วสักพักแกก็มานั่ง วันต่อมา แกมาเล่าให้หลวงพ่อฟัง แกตัดขาดจากวัตถุสมบัติทั้งหลายทั้งปวง ในคืนวันนั้น ธาตุสี่ลงสู่อนิจจังทั้งหมดในคืนวันนั้น แกได้บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบัน

นี่คือตัวอย่าง คนอ่านหนังสือไม่ออก ความรู้ไม่มีเลย แต่แกเป็นพระอริยเจ้าได้ โสดาบันใครบอก แกรู้เอง อาการที่เกิดขึ้นทั้งหมดหลวงพ่อก็เคยผ่านมาหมดแล้ว ตั้งแต่ครั้งเป็นฆราวาส หลักการสองอย่างคือ ธาตุภายใน ดินน้ำลมไฟ กับธาตุภายนอก ถ้าเราปฏิเสธสองอย่างนี้ได้ ก็ไม่มีอะไร ไม่ต้องถึงธรรมะขั้นสูงอสุภะ เมื่อเราถามอาการแกก็พูดออกมาได้อย่างถูกต้องทั้งหมด หลวงพ่อเคยเป็นมาก่อนแล้วจึงรู้จัก ต่อมา เมื่อปัญญาของนายสิงห์หยุดการโลดโผน มีแต่ความยิ้มแย้มแจ่มใส ถามนายสิงห์ว่าสบายดีไหม .... สบายมากครับ ....

นี่คือเหมือนสมัยครั้งพุทธกาล คนไม่มีความรู้อะไร แต่ก็สามารถคิดตามหลักความเป็นจริง เป็นปัญญาล้วนๆ เดี๋ยวนี้เราเข้าใจผิด เพราะมีหลักปริยัติมากมายมหาศาล คิดว่าเรามีปัญญา แต่แท้จริงไม่มีปัญญาเลย มีแต่ความรู้ เมื่อคิดธรรมะปัญญาต่างๆ ก็คิดแต่สัญญา ปัญญาในภาคปริยัติล้วนๆ ทำอะไรไม่ได้เลย ปัญญาตัวนี้จะทำให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงไม่ได้ ละอะไรไม่ได้ หายสงสัยอะไรไม่ได้สักอย่าง นี่คือปัญญาในภาคปริยัติ มันไม่เหมือนปัญญาในภาคปฏิบัติ เขาไม่เอาปริยัตินำหน้า แต่เอาความจริงเป็นตัวนำหน้าเอาความจริงมาลงหลักไตรลักษณ์ให้เป็น การฝึกปัญญาอย่าอ่านมาก

ไม่เช่นนั้นจะกลายเป็นปริยัติไปเลย ดังเช่น โปฐิละ แปลว่า ผู้แบกคัมภีร์เปล่า พูดธรรมะได้ทั้งวันทั้งคืน แต่ไม่มีอะไรดีขึ้น

คนสมัยนี้ พูดกันแต่ปัญญาภาคปริยัติ ไม่พูดกันเรื่องปัญญาภาคปฏิบัติ คิดธรรมะอะไรก็หาปริยัติมาเทียบ จะเทียบทำไม เอาความจริงที่เราสัมผัสนะมาเทียบ คิดตามความสามารถเฉพาะตัว แค่ไหนแค่นั้น การอ้างอิงเอาตำรามาเสริมทำให้เสียโอกาสไป ให้เราสร้างด้วยปัญญาตัวเองล้วนๆ สิ่งกิเลสตัณหากลัวที่สุด คือ ปัญญาเฉพาะตัวของคนๆ นั้น เรื่องปัญญาในปริยัติกิเลสชอบมาก การศึกษาธรรมทั้งหมด กิเลสชอบมาก เพื่อกิเลสตัณหาทั้งนั้น กิเลสตัณหาอัตตาครอบครองทั้งหมด เรารู้ดีอย่างนั้น อัตตาเกิดจากปริยัติ อัตตาเกิดจากความรู้มาก เราศึกษาธรรมะมาเสริมอัตตาไม่ใช่ละกิเลส ไปไหนก็ตาม พระที่เก่งไม่พอ เราจึงไม่ฟังเทศน์เพราะเรารู้ดีแล้ว พอจะคิดพิจารณาธรรมะ ก็บอกว่าพอแล้ว รู้แล้ว ธรรมะหมวดนั้นก็รู้ หมวดนี้ก็รู้จึงปิดฉากปัญญาไปเลย พวกนี้คือโง่อวดฉลาด ไม่มีอะไรดีขึ้น คุยธรรมะทั้งวันทั้งคืน แต่ไม่ใช่ความรู้ดีรู้ชอบเลย มีแต่ความโง่ เรียนธรรมะมา ไม่ได้นำมาละกิเลส แต่ถูกกิเลสครอบครอง ลืมตัว ยิ่งอ่านหนังสือมากก็ยิ่งตัวอวิชชามาก ไม่รู้ความจริงมากขึ้น ยิ่งมีความรู้มากก็ยิ่งโมหะมากขึ้น คือความหลง หลงว่าตนเองรู้มากโดยไม่รู้ตัว นี่คือปัญญาไม่มี

หลวงพ่อจึงบอกว่า ยอมแพ้คนเป็นเสียก่อน นี่คือสิ่งที่เราต้องการ ถ้าแพ้คนเป็นแล้ว ปัญหาไม่มี ไปไหนก็ไปได้ทั้งหมดในโลกนี้ ฟังครูบาอาจารย์ได้ทั้งหมด หรือฟังฆราวาสญาติโยมก็ฟังได้ เราไม่

เกี่ยงว่าใครจะให้ธรรมะเรา แม้แต่เด็กน้อยเราก็ฟังได้ เขาพูดเขาทำอะไรกัน เราฟังได้ นำมาปฏิบัติได้ นี่คือ ตัวบังคับลดอัตตาลง ให้เหลือน้อยที่สุด แทบไม่มีเลย รับฟังคนอื่นได้ กราบใครก็ได้ ใครชี้ทางให้เรา เรากราบได้เลย คนไม่มีอัตตา ไปไหนก็สบาย

ตัวอย่างคือ มีโยมคนหนึ่งติดตามหลวงพ่อไปอเมริกา แกพิจารณาเรื่องอัตตาทำให้คนเป็นทุกข์อย่างไร เนื่องจากว่าแกเป็นผู้หลักผู้ใหญ่มีตำแหน่งหน้าที่การงานสูง แกพิจารณาธรรมคือ ตัวไอ (I) ว่าตัวไอ มีสองไอ คือ ไอใหญ่ (I) กับไอเล็ก (i) ไอใหญ่ (I) ตามหลักใครไม่ได้เลย ต้องนำหน้าตลอด เขียนประโยคไม่ได้ เหมือนกับตัวเราถ้าใหญ่ขึ้นมา ตามหลังเพื่อนไม่ได้ ไอใหญ่ (I) เขียนหลังยู (You) ไม่ได้ ต้องนำหน้าตลอด

แต่ก่อนหลวงพ่อเคยว่าโยมคนนี้ บอกว่า ความคิดโง่ๆ เขาโกรธหลวงพ่ออยู่ในใจลึกๆ แต่ไม่โต้ตอบ พอพิจารณาเรื่องไอใหญ่(I) ไอเล็ก (i) เขาก็เลยยอม ยอมรับว่าตนเองผิด เมื่อก่อนไอใหญ่(I) มากเกินไป ตามหลังคนอื่นไม่ได้ ไม่มียอมใคร ถ้าเป็นไอเล็ก(i) แล้ว สบายมาก เข้าได้ทุกสังคม ถ้าเป็นไอใหญ่(I) ใครพูดธรรมะให้ฟังไม่ได้เลย ไอเล็ก (i) ผสมกับตัวอื่น อ่านเป็นคำๆ ได้ แต่ไอใหญ่ (I) ตัวเดียวโดดๆ อ่านไม่ได้ทำอะไรไม่ได้เลย นี่คืออุบายของเขา

ในการอบรมสั่งสอน ให้เรานำอุบายต่างๆ ไปปฏิบัติ ไม่ใช่แค่มาฟังเฉยๆ ไม่มีความหมายอะไร สำคัญที่ให้นำไปปฏิบัติ การอบรมครั้งนี้ มีเวลาสั้น เหมือนกับดูหนังดูละคร เวลาเขาหยุดเล่น เขาหยุดตอน

ไหน เขาหยุดตอนกำลังมันๆ นั่นแหละ มันเสียดายกำลังเข้าด้ายเข้าเข็ม การอบรมครั้งนี้ก็เหมือนกัน จบตอนกำลังมันๆ นี่แหละ

วันนี้เป็นวันสิ้นสุดการอบรม ก่อนจะมาปฏิบัติธรรม เราได้สั่งเสียญาติๆ เพื่อนๆ ไว้ว่า เราจะไปปฏิบัติธรรม เขาก็จะคอยสังเกตดูว่า คอยรับผลของการปฏิบัติจากเราอยู่ เราจะนำผลการปฏิบัติไปให้เขาดูได้อย่างไร คือ กิริยามารยาทการแสดงออก เมื่อครั้งก่อนเรามีความคิดการพูดการทำอย่างหนึ่งอาจไม่เป็นมงคลกับผู้อื่นเลย แต่บัดนี้เรามาเปลี่ยนเสียใหม่ แก้ไขตัวเองใหม่ แต่ก่อนพูดมาก บ่น ดุด่า พูดเสียงดังให้ลดลง ลดทุกอย่างที่ไม่เป็นสาระ สำรวมกายวาจาทุกวิถีทาง ถึงใจจะยังละไม่ได้ ก็พยายามลดกายวาจาลง เพราะเป็นสื่อให้เห็นถึงการปฏิบัติธรรม ให้เขาเห็นว่าเราเปลี่ยนไปหน้ามือเป็นหลังมือ

ถ้ากลับบ้านแล้วยังหงุดหงิดจู้จี้ เหมือนเดิม ก็ไม่มีอะไรดีขึ้นเลย เขากำลังมองดูเราอยู่ แกะรอยเราอยู่ วันไหนหนอผู้ปฏิบัติธรรมจะกลับบ้าน แล้วหน้าตายังเหมือนเดิมรึเปล่า ถึงใจเรายังไม่เปลี่ยนแปลง แต่ให้เราเอากายวาจาออกหน้าไปก่อน เพราะกายวาจาเป็นสื่อของสังคม ต้องสำรวมให้ดี นักปฏิบัติธรรม พูดอย่างไร ทำอย่างไร ฝึกให้เป็น ถ้าเห็นการพูดการทำเป็นไปด้วยดี ถึงเราไม่มีอะไรเลย เขาก็ว่าเรามี เอาดีไว้ก่อนนั่นแหละ เป็นผลดีต่อสังคม ธรรมะส่วนที่ยังทำไม่ได้ก็พยายามต่อไป ทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ พยายามแก้ไขปรับปรุงปัญหาให้หมดไป อย่าสร้างปัญหาให้กับหมู่คณะ สังคมก็จะเกิดความเป็นธรรม การพูดการทำให้เกิดความเป็นธรรมทั้งหมด เริ่มปฏิบัติจากใกล้ตัว คนจะรักกัน เกลียดกัน ก็เนื่องมาจากกายวาจา ต้องระมัดระวังสองอย่างนี้

ให้ดี ส่วนเรื่องใจก็พยายามแก้ปัญหาไปด้วย นี่คือหลักภาวนาใช้สติปัญญาที่หลวงพ่อเน้นหนักที่สุด ถ้าขาดสติปัญญาแล้วปัญหาจะเกิดขึ้น หรือแม้กระทั่งไม่รู้ตัวว่าปัญหาเกิดขึ้นแล้ว นี่คือลืมตัว ให้พวกเราหมั่นรู้ตัวอยู่เสมอ หมั่นฝึกฝนอบรมตัวเองอยู่เสมอ ปัญญาอบรมใจสอนใจตัวเองให้เป็น ถ้าปัญญาเตือนใจไม่ได้ก็ยากจะปฏิบัติได้ ตนเตือนตน ตนสอนตน เทศน์ตนเองเป็น สอนตนเองเป็น ถ้าทำได้อย่างนี้อยู่ที่ไหนก็ได้ พึ่งตนเองได้ ดังคำว่า

อัตตาหิ อัตตโน นาโถ พึ่งสติปัญญาสอนตนเองเป็น ให้มีเหตุผล คิดก่อนทำ คิดก่อนพูด เอาละ สมควรแก่เวลา

ขิปปปัญโญคาถา

แม้แต่รูปขันธ์คือตัวของเรา,...ที่สงวนรักษามาตั้งแต่วันเกิดจนถึงปัจจุบัน, ก็จะปล่อยทิ้งให้คนที่มีชีวิตอยู่เก็บไปเผาฝังทิ้งทั้งหมด,...นับประสาอะไรเพียงสมบัติภายนอกที่เป็นของนอกตัว,...เราต้องใช้ปัญญาพิจารณาดูให้รู้เห็นตามความเป็นจริง,...

สิ่งที่ทำให้เราโลภ, สิ่งที่ทำให้เราโกรธ, สิ่งที่ทำให้เราหลง,...ก็มีอยู่ในโลกนี้จริง, เรื่องความโลภ...ความโกรธ ความหลง...นั้นอยู่ที่ใจ, ส่วนสิ่งที่จะทำให้จิตเกิดความโลภ ความโกรธ ความหลง,...ก็เป็นเรื่องของสมมติโลกนี้ทั้งนั้น, เรื่องของจิตจะตีตัวห่างจากโลกนี้ไป,...ก็เพราะจิตมีความรู้เห็นตามความเป็นจริงของโลกนี้,

ฉะนั้น การภาวนา,...คือการใช้ปัญญาฝึกจิตให้มีความรู้จริงเห็นจริง, เห็นความเป็นอยู่ของโลกอย่างชัดเจน,...และเห็นตามความเป็นจริงของสมมตินั้นๆ, เห็นสิ่งที่ทำให้เกิดทุกข์และเห็นทุกข์,...รู้ทุกข์ที่จิตมีความเข้าใจผิดว่าตน และเป็นของๆ ตน, ความเข้าใจผิดความเห็นผิดนี้แล,... จึงทำให้จิตเกิดความยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเราและเป็นของๆ เรา,...โดยไม่มีประตูที่จะแก้ไข, นี้เรียกว่า อวิชชา,...คือจิตไม่รู้ตามความเป็นจริง, การที่เราจะมาแก้ตัวอวิชชา คือ ความไม่รู้,...เราก็ต้องใช้ปัญญาอบรมจิต สั่งสอนจิต, ให้รู้เห็นตามหลักความเป็นจริง,...เมื่อจิตได้รับความรู้จริงความเข้าใจจริงตามปัญญาอยู่บ่อยๆ, จิตก็จะค่อยเริ่มเกิดความฉลาด,...เข้าใจอย่างถูกต้องตามปัญญาไปด้วย,

ในที่สุดจิตก็จะละทิ้งความโง่ความเข้าใจผิดนี้ไป,...มีแต่ความรู้ความฉลาดที่แพรวพราวสว่างไสวภายในจิต, จะคิดดำริพิจารณาอะไรก็ล้วนแต่เป็นธรรม, ...เห็นตามรู้ตามความเป็นจริงไปเสียทั้งหมด, เมื่อฝึกจิตเข้าถึงขั้นนี้ได้แล้ว,...คำว่า อวิชชา ไม่ต้องไปบังคับ ไม่ต้องไปละ, ธรรมที่เป็นสัจธรรม จะละกันเอง,...เหมือนกับเราเตรียมโคมไฟที่สว่างไว้อย่างพร้อมมูล, ความมืดอยู่ที่ไหน,...ก็ฉายไฟเข้าไปในจุดนั้นๆ,...ความมืดก็จะหายทันที นี้ฉันใด,...เมื่อปัญญามีในจิต เมื่อจิตมีปัญญา,...ย่อมกำจัดอวิชชาได้อย่างง่ายดาย.

มัชฌิมาคาถา

ความสุขในโลกนี้อยู่กับความพอดี,...ถ้ารู้จักความพอดี, ผู้นั้นจะมีความสุขในโลกนี้ได้, ...แต่ก็ไม่มีความสุขใดในโลกนี้มีความจีรังถาวรตลอดไป, เดี๋ยวก็สุขเดี๋ยวก็ทุกข์สลับกันไป ไม่คงที่,...เดี๋ยวก็ดีเดี๋ยวก็ชั่วมั่วกันไป, ไม่มีสิ่งใดสมหวังดังใจคิดเอาไว้,...ใจจึงมีความผิดหวังอยู่ตลอดเวลา, จะหาความพอดีในโลกนี้ไม่ได้เลย,...เพราะความพอดีไม่มีอยู่ในโลกนี้, แต่ความพอดีมีอยู่เฉพาะที่ใจเท่านั้น,...ถ้ารู้จักความพอดีภายในใจ, ผู้นั้นพอจะมีความสุขได้บ้าง,

การรู้จักความพอดี,...ผู้นั้นจะต้องรู้จักความไม่พอดีว่าเป็นอย่างไร, พอจะได้เป็นแนวทางที่แตกต่างกัน,...ในระหว่างความพอดีและความไม่พอดี, เหมือนกับอาหารที่เราต้องการรสชาติที่พอดี,...เราต้องรู้จักอาหารรสที่ไม่พอดีเอาไว้, เพื่อจะได้รู้ว่าความพอดีและความไม่พอดีเป็นอย่างไร,...เราจะเลือกได้อย่างถูกต้อง, นี้ฉันใด ใจที่ไม่รู้จักความพอดีย่อมมีความทุกข์,...จะหาความสุขไม่เจอตลอดไปทั้งในชาตินี้และชาติหน้า, ถึงจะมาเกิดในโลกนี้อีกร้อยกัปพันกัลป์อนันตชาติ,...ก็ไม่ได้ลิ้มรสชาติความสุขทางใจนี้เลย, ขณะนี้ใจมีความลุ่มหลงอยู่กับอารมณ์ของโลก,...ใจจึงตกอยู่ในท่ามกลางของกิเลสตัณหาโดยไม่รู้ตัว,

ความเคยชินต่อเหตุการณ์เหล่านี้จึงกลายเป็นนิสัย,...ความเข้าใจจึงกลายเป็นธรรมดา, เกิดก็เป็นธรรมดา แก่ก็เป็นธรรมดา เจ็บไข้ก็เป็นธรรมดา,...แม้แต่ความตายก็ถือว่าเป็นธรรมดา, ทุกอย่างที่เกิดขึ้นก็ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดาไปทั้งหมด,...ใจจึงไม่รู้ไม่เห็นความแตกต่างอะไรในความเป็นอยู่อย่างนี้,...ใจจึงได้ฝังตัวจมอยู่กับคำว่า ธรรมดา ต่อไปโดยไม่มีกำหนด, ไม่รู้ว่าเมื่อไหร่ใจจะตื่นตัวรู้ตัวในเหตุการณ์อย่างนี้,...ใจที่เป็นตะโมตะมะ มืดมาและมืดไป, โดยไม่มีจุดมุ่งหมายปลายแดนหาที่จบสิ้นไม่ได้,...จึงเรียกว่า ใจหลงไปตามกระแสโลก, เวียนวนไปมาอยู่ในภพทั้งสาม,...เป็นไปตามกฎธรรมดาที่ใจยังหลงอยู่นั่นเอง,

การแก้ไขต้องใช้ปัญญาพิจารณา,...ให้รู้เห็นเป็นไปตามความเป็นจริง, กับสิ่งที่เป็นธรรมดาเหล่านั้นให้ชัดเจน,...มีความรู้เห็นด้วยเหตุและผล, ให้เป็นไปตาม อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา,...ด้วยสติปัญญาของตัวเอง, ดำริบ่อยๆ พิจารณาบ่อยๆ,...ความเข้าใจผิดความเห็นผิดก็จะค่อยจางออกจากใจ, ความสว่างกำจัดความมืดฉันใด,...สติปัญญาก็กำจัดความมืดบอดของใจได้ฉันนั้น, จงฝึกปัญญาขึ้นมาเพื่อเป็นตาให้แก่ใจ,...เพื่อจะได้เกิดความรู้เห็นตามความเป็นจริง, ความรู้จริงเห็นจริงตามความเป็นจริง,...จะกำจัดตัวโมหะอวิชชาให้หมดไปจากใจเอง,

ฉะนั้น สติปัญญาจึงเป็นตัวแก้ปัญหาได้,...ทั้งในทางโลกและทางธรรม, ขอจงฝึกสติปัญญาเพื่อแก้ปัญหาของใจ,...ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไปด้วยเทอญ ฯ

รายละเอียดของหนังสือ

ชื่อหนังสือ : โกรธแล้วไง

วัตถุประสงค์ : อนุสรณ์ ครบรอบหนึ่งปี วันดับขันธ์ หลวงพ่อทูล ขิปฺปปญฺโญ

พิมพ์ครั้งที่ 1 : 28 กุมภาพันธ์ 2553

จำนวนพิมพ์ : 10,000 เล่ม

ISBN : 978-974-401-304-0

ผู้จัดพิมพ์ : คณะศิษยานุศิษย์

KPY USA / San Fran Dhammaram Temple

2645 Lincoln Way San Francisco CA 94122

โทร. (1) 415 753 0857

E-mail : watsanfran@yahoo.com

http://www.kpyusa.org

http://www.watsanfran.org

วัดป่าบ้านค้อ

ต.เขือน้ำ อ.บ้านผือ จ.อุดรธานี 41160

โทร. 042 250 730 – 1

E-mail : watbankoh@yahoo.com

ศูนย์ปฏิบัติธรรมขิปปปัญโญสัมมากร (KPY Sammakorn)

หมู่บ้านสัมมากร รามคำแหง 112 สะพานสูง กรุงเทพฯ 10240

โทร. 084 769 1455, 089 444 2489

E-mail : kpysammakorn@yahoo.com

ศูนย์ปฏิบัติธรรมขิปปปัญโญพนัสนิคม (KPY Panutnikom)

50 หมู่ 9 ต.หน้าพระธาตุ อ.พนัสนิคม จ.ชลบุรี 20140

โทร. 081 590 3388

E-mail : kpypanutnikom@yahoo.com

สังเกตให้เป็น คิดให้เป็น
พูดให้เป็น ทำให้เป็น
วางแผนให้เป็น ถามให้เป็น
ตอบให้เป็น

หลวงพ่อทูล ขิปฺปปญฺโญ